

Nuestro libro de Cocina

VEA TODO LO QUE PUEDE HACER CON NUESTROS PRODUCTOS

2ª EDICIÓN

Con recetas nuevas +

Quick & Easy

THE COSTCO WAY



APERITIVO

TERRINAS CON MANZANA PINK LADY, QUESO DE CABRA Y PESTO CON HIERBAS

(- 25' | - 6)

Receta cortesía de Pink Lady

Elaboración

1 Corte la manzana en finas láminas y añada el zumo de limón para evitar la oxidación.

2 Tueste los piñones en una sartén durante 2 minutos.

3 Triture el perejil con los piñones.

4 Coloque una capa de queso de cabra en la base, añada la mezcla y añada otra capa de queso de cabra.

5 Añada el aceite de oliva, la sal, la pimienta y las manzanas cortadas. Envuelva todo en las finas láminas de manzana haciendo un canelón y reserve al fresco.

6 Decore con los piñones y parte de la mezcla elaborada anteriormente.

Ingredientes

› 1 manzana Pink Lady
› $^{1}/_{2}$ cuchara de zumo de limón Solimón
› Sal KS
› 65 g de piñones
› 1 rulo de queso de cabra
› 5 cucharadas soperas de aceite de oliva

Nuestras sugerencias



Pink Lady - Manzanas





Derivados Cítricos - Solimón

JAMÓN COCIDO EN TEMPURA CON PIÑA Y MELÓN

(- 20’ | - 3)

Elaboración

1. Corte la piña y el melón en cuadraditos y el jamón en tiras del mismo ancho que la fruta.
2. Envuelva cada porción de fruta con una tira de jamón, la piña con el jamón cocido y el melón con el curado. Clave en un palo de brocheta para que no se deslíen los paquetitos de fruta y jamón.
3. Prepare la tempura mezclando la harina con una pizca de sal y pimienta, y añada agua fría hasta obtener la textura adecuada, ni muy líquida, ni muy espesa.
4. Sumerja las brochetas en la masa de tempura y fría hasta dorar. Escurra el exceso de aceite en papel absorbente y sirva.

Receta cortesía de Noel

Ingredientes

- 2 lonchas de Jamón cocido Noel
- 2 rodajas de piña
- 1 rodaja de melón
- 2 lonchas de jamón curado
- 150 g de harina para tempura
- Agua fría
- Aceite de oliva, pimienta y sal
- Palos de brocheta

Nuestras sugerencias





Noel - Jamón cocido Grand Bouquet



WRAP DE FUET

(- 20’ | - 4)

Elaboración

1 Pele el tomate, escurra el agua, saque las semillas y pique en cuadraditos. Corte el queso en tacos del mismo tamaño que el tomate.

2 Añada el tomate, el queso y las hojas de albahaca picadas en un bol, sazone con un poco de sal, pimienta recién molida y 1/2 cucharadas de aceite de oliva, y remueva.

3 Corte lonchas de fuet, lo más finas posibles, y añada a la ensalada.

4 Dore el wrap en una sartén y sirva caliente.

Receta cortesía de Noel

Ingredientes

› Fuet Noel
› 2 bolas de mozarellas Flor de Burgos
› 1-2 tortillas de trigo (dependiendo del tamaño)
› $^1/_2$ tomate
› Un par de hojas de albahaca fresca
› Pimienta
› Sal
› Aceite de oliva

Nuestras sugerencias



Noel - Fuet



TGT - Mozzarella fresca de vaca

TRÍO DE QUESOS A LA PARRILA CON MERMELADA DE TOMATE Y PIMIENTOS

(- 15’ | - 4)

Receta cortesía de Epoch

Ingredientes

- 300 g de Epoch Quesos Artesanales a la parrilla: Natural, Tomillo y Guindilla
- 1 kg de tomates de pera cortados en cuartos
- 60 g de cebolla picada
- 1 diente de ajo picado
- 150 ml de aceite de oliva
- 50 g de azúcar moreno
- Sal y pimienta
- 1 pimiento amarillo y 1 pimiento rojo

Nuestras sugerencias



Epoch - Quesos Artesanales a la Parrilla

Elaboración

1 Ponga los pimientos tal y como están en una sartén a fuego alto para que se asen, dándoles la vuelta cada minuto. Deben estar unos 4-5 minutos.

2 Una vez estén cocinados y tiernos, sáquelos y pélelos, córtelos en forma de diamante y apártelos.

3 Caliente el aceite de oliva en una sartén y ponga los tomates troceados.

4 Extiéndalos con una cuchara de madera. Sazone y espolvoree el azúcar moreno. No remueva. Manténgalos a fuego alto durante 3-4 minutos.

5 A continuación, añada la cebolla y el ajo picado y apártelo. Debe estar caramelizado.

6 Coja los tres quesos diferentes (o el que más le guste para la ocasión), córtelos si es necesario y póngalos a la parrilla 1 o 2 minutos por cada lado.

7 Después, córtelos en cubos.

8 Para montar el plato, ponga una cucharada llena de mermelada en un plato, luego el queso y los pimientos asados.

9 Sírvalo con un gajo de limón y pan fresco.

BOCADILLO DE QUESO A LA PARRILLA CON CHORIZO Y VERDURAS ASADAS

(- 8’ | - 4)

Receta cortesía de Epoch

Elaboración

1 Ponga las verduras en rodajas a la parrilla hasta que estén tiernas y crujientes.

2 Corte el pan y apártelo.

3 Elija los sabores que quiera del pack de 3 quesos a la parrilla, póngalos en una parrilla y cocínelos 1-2 minutos por cada lado.

4 Justo antes de sacarlos del fuego, coloque las lonchas de chorizo encima para que se calienten un poco.

5 Apártelo y prepare su bocadillo al gusto añadiéndole hojas de perejil y tomillo para darle un toque de sabor.

Ingredientes

- 260 g de Epoch Quesos Artesanales a la Parrilla: Natural, Tomillo y Guindilla
- Baguette blanca o integral (u otro pan de su gusto)
- 200 g de berenjena en rodajas
- 200 g de calabacín en rodajas
- Perejil fresco y cilantro
- 1 tomate de pera en rodajas
- 100 g de chorizo en lonchas
- Lechuga

Nuestras sugerencias



Epoch - Quesos Artesanales a la Parrilla

PAN DE CRISTAL CON BOQUERONES, MAYONESA Y PASTEL DE CABRACHO SANTA TERESA
(🕒 - 20′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 Disponga una rebanada de pan de cristal, del tamaño que quiera, y añada mayonesa al gusto.

2 A continuación, coloque el pastel de cabracho encima del pan, tantas porciones como nos permita el tamaño del pan elegido.

3 Por último, añada boquerones en vinagre. Puede adornar con cebollino picado, o cualquier hierba aromática que tenga a mano.

Receta cortesía de Santa Teresa

Ingredientes

- Pastel de cabracho Santa Teresa
- Boquerones en vinagre Ortiz
- Pan de cristal
- Mayonesa
- Cebollino

Nuestras sugerencias





Yemas de Santa Teresa S.A - Pastel de Cabracho





Ortiz - Boquerones en vinagre



QUICHE DE JAMÓN COCIDO Y VERDURAS

(- 60’ | - 4)

Receta cortesía de Noel

Elaboración

1 Pique la cebolla en juliana y poche en una sartén con un poco de aceite de oliva y una pizca de sal.

2 Mientras corte los champiñones en lonchas y el jamón en tiras. Cuando esté lista la cebolla, incorpore los champiñones a la sartén y cocine durante 2 minutos.

3 Añada las espinacas y saltee hasta que reduzcan.

4 Por último añada el jamón cocido, dé un golpe de calor y retire del fuego.

5 En un cuenco, bata los huevos, añada la nata, el queso azul, una pizca de nuez moscada y un poco de pimienta recién molida.

6 Estire la masa brisa y hornee durante 10 minutos, habiendo precalentado el horno a 180ºC.

7 Saque del horno, coloque el relleno de jamón y verduras sobre la quiche y unte con la mezcla de huevos y lácteos.

8 Hornee durante 25-30 minutos, retire del horno y deje templar.

Ingredientes

› 75 g de jamón cocido Noel
› Cubos queso ensalada Flor de Burgos
› 1 paquete de masa brisa
› 100 g de champiñones
› 1/2 cebolla
› 2 tazas de espinacas baby
› 2 huevos
› 200 ml de nata vegetal
› Nuez moscada
› Pimienta
› Sal
› Aceite de oliva
› Sal

Nuestras sugerencias







Noel - Jamón cocido Grand Bouquet



TGT - Queso en cubitos

BAGELS RELLENOS CON PAVO

(- 15' | - 1)

Elaboración

1 Corte la tapa de los bagels y retire la miga con cuidado de no romper la corteza.

2 Rellene los bagels con el pavo, el queso y el tomate.

3 Añada los huevos revueltos, ligeramente batidos y cocinados con aceite de oliva o mantequilla.

4 Añada las hojas de ensalada y tape el bagel.

Ingredientes

- 2 lonchas de pechuga de pavo Noel
- 1 bagel KS
- 1 loncha de queso
- 2 huevos
- Sal KS
- Tomate
- Hojas de mezcla de ensaladas
- Aceite de oliva o mantequilla

Nuestras sugerencias





Noel - Pechuga de pavo Grand Bouquet



KIRKLAND™ Signature - Bagels



TOSTAS VERDES DE POLLO AL AJO NEGRO

(🕒 - 20′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 **Emulsión de ajo negro:** Eche la leche y los aceites en la batidora. Empiece a batir y, mientras está en marcha añada el jugo del medio limón y la sal. Una vez mezclado, incorpore los tres dientes de ajo y bata. Deje reposar.

2 Corte los espárragos y blanquéelos durante 5-10 segundos en agua hirviendo, escurra y saltee en una sartén durante unos minutos. Salpimiente.

3 Corte los aguacates en rebanadas finas y la pechuga de pollo en tiras.

4 Tueste el pan, deje que pierda el calor y ponga una cucharada de la emulsión de ajo negro en la base de cada tostada. Sobre esta, ponga el aguacate, los espárragos y la pechuga de pollo cortada en tiras.

Receta cortesía de Noel

Ingredientes

- 4 lonchas de pechuga de pollo Noel
- 4 rebanadas de pan de pueblo
- Un manojo de espárragos trigueros
- 2 aguacates

Emulsión de ajo negro:

- $^1/_2$ vaso de leche
- $^1/_2$ vaso de aceite de girasol
- $^1/_2$ vaso de aceite de oliva
- Jugo de $^1/_2$ de limón
- Sal
- 3 dientes de ajo

Nuestras sugerencias



Noel - Pechuga de pollo Grand Bouquet






Productos Silvestres - Espárrago triguero



TOSTAS DE CHORIZO CON CEBOLLA CARAMELIZADA

(- 20' | - 6)

Elaboración

1 Corte la manzana en rodajas e introdúzcala durante unos 20 minutos en el horno precalentado a 180º. Después de asada, pélela, déjela enfriar y córtela.

2 Corte la baguette en rebanadas e introduzcalas en el horno precalentado a 170 ºC durante 10 minutos.

3 Corte el chorizo en tiras finas, saltéelo en una sartén antiadherente y añada la manzana. Sirva, sobre las tostas, la mezcla de chorizo con mánzana.

4 Decórelas con cebolleta y acompáñelas con la cebolla caramelizada.

Receta cortesía de Prisca

Ingredientes

› 100 g de cebolla caramelizada Prisca
› 1 baguette en rebanadas Bridor
› 1 chorizo ibérico de bellota
› 1 manzana reineta
› 5 g de cebolleta picada

Nuestras sugerencias







D'Aracena - Chorizo ibérico cular extra





Prisca - Cebolla caramelizada



Bridor - Baguette



CROQUETAS DE CAÑA DE LOMO

(- 30’ | - 6)

Elaboración

1 Pique el lomo y el huevo en una batidora al turbo y reserve.

2 Añada el aceite, mantequilla fundida y la cebolla picada. Añada la harina y sofría 3 minutos.

3 Añada la leche, la pimienta, la nuez moscada y la sal y mezcle 10 segundos.

4 Deje enfriar en el frigorífico y una vez frío, haga la forma de las croquetas, pase por el huevo y pan rallado y fría.

5 Sirva caliente o frío.

Ingredientes

- 150 g de lomo de bellota D’Aracena
- $^1/_2$ cucharada de pimienta molida Carmencita
- 170 g de harina
- 30 g de cebolla
- 100 g de mantequilla
- 50 g de aceite de oliva
- 2 huevos duros
- 800 ml de leche
- 1 cucharada de sal
- $^1/_2$ cucharada de nuez moscada
- 2 huevos
- Pan rallado
- Aceite de freír

Nuestras sugerencias





D’Aracena - Lomo de Bellota







Especias Carmencita - Pimienta



DIP DE AJO Y ALCACHOFA

(🕒 - 20′ | 👤 - 2)

Receta cortesía de RW García

Elaboración

1 En un cuenco, mezcle queso crema, mayonesa, parmesano, queso burrata, ajo en polvo y los corazones de alcachofa deshebrados.

2 Remuévalo 15 minutos y póngalo a calentar hasta que la parte superior quede dorada.

3 Sírvalo caliente con las tortillas chips vegetales.

Ingredientes

- Tortillas chips vegetales RW García
- 425 g de corazones de alcachofa Cynara
- 200 g de queso crema
- $^{1}/_{4}$ de taza de mayonesa
- 100 g de burrata
- 1 taza de queso parmesano
- $^{1}/_{2}$ de cuchara de ajo en polvo

Nuestras sugerencias





RW Garcia - Tortillas chips vegetales

CYNARA



Cynara - Alcachofas

GALLETA DE QUESO DE CABRA CON JALAPEÑOS

(- 10’ | - 4)

Elaboración

1 Añada en cada cracker una cuchara de queso de cabra triturado y encima coloque una rodaja de jalapeño.

2 Añada trozos de pimiento y las láminas de pepino. Decórelo con perejil.

Receta cortesía de RW García

Ingredientes

› 12 batata crackers RW García
› 150 g de queso de cabra Cabreros TGT
› 1 jalapeño cortado en trozos circulares
› $^{1}/_{4}$ de taza de pimiento rojo, amarillo y naranja, triturado finalmente
› 1 pepino
› Perejil

Nuestras sugerencias







RW Garcia - Batata crackers



TGT - Rulo de queso de cabra Cabreros



DIP TZATZIKI

(🕒 - 20' | 👤 - 4)

Elaboración

1 Pele el pepino y quítele las pepitas. Con la ayuda de un rallador, ralle todo el pepino y póngalo en un cuenco. Sazone con un poco de sal y remueva.

2 Deje reposar el pepino 15 minutos aproximadamente, para que suelte todo el agua (corre el riesgo de dejar muy líquida la mezcla final).

3 En un mortero, maje el ajo junto con unas hojas de menta fresca, una cucharada de aceite de oliva y después el zumo de limón.

4 Mezcle en un bol los yogures griegos con dos cucharas de aceite de oliva e incorpore el ajo.

5 Escurra muy bien el pepino. Mezcle el pepino y la mezcla del yogurt y rectifique de sal si fuera necesario. Deje reposar en la nevera durante una hora aproximadamente antes de servirlo.

Ingredientes

- 240 ml de yogurt Kolios
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra Elizondo
- 1 pepino que no esté blando
- 1 diente de ajo
- Zumo de un limón
- Hojas de menta fresca
- Sal

Nuestras sugerencias





Kolios S. A Greek Dairy - Yogurt griego





Elizondo - Aceite de oliva

SANDWICH CLUB

(- 15’ | - 2)

Elaboración

1 Coloque las lonchas de jamón de york entre el queso y dos rebanadas de pan de molde untadas con mantequilla y caliente a fuego lento.

2 Tueste el bacon y cocine los trozos cortados de pechuga de pollo en la plancha.

3 Unte la parte superior de uno de ellos con mayonesa y cúbralos con trozos de lechuga, rebanadas de tomate, queso y jamón de york.

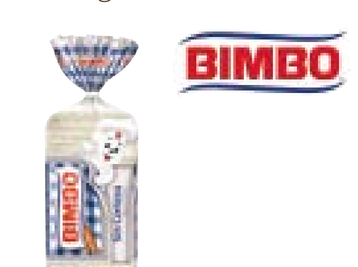
4 Ayúdese de una brocheta para que no se desarme.

Ingredientes

› 3 rebanadas de pan de molde Bimbo
› 2 lonchas de queso Albéniz
› 3 lonchas de bacon
› 3 lonchas de jamon de york
› $^1/_2$ pechuga de pollo fina
› 1 cucharada de mayonesa
› $^1/_2$ tomate
› 1 hoja fresca de lechuga

Nuestras sugerencias

BIMBO





Bimbo - Pan de molde





Albéniz - Queso en lonchas semi curado



TOSTA RÚSTICA CON CEBOLLA CARAMELIZADA Y QUESO DE CABRA

(- 25' | - 2)

Elaboración

1 Corte las cebollas en láminas finas y ponga a pochar suavemente en una sartén con aceite de oliva. Sale ligeramente.

2 Cuando estén doradas, agregue dos cucharadas soperas de azúcar y una de vinagre de Módena, deje que caramelice y aparte.

3 Rocíe el pan con unas gotas de aceite y tuéstelo en la misma sartén.

4 Coloque sobre cada rebanada de pan un poco de cebolla caramelizada y queso de cabra. Caliente el horno a 180 °C y gratine unos segundos.

5 Coloque canónigos para decorar y sirva.

Ingredientes

- Queso de cabra Cabreros
- 4 rebanadas de pan de molde Bimbo
- 2 cebollas grandes
- Canónigos
- Azúcar
- Vinagre de módena
- Aceite de oliva

Nuestras sugerencias

Tgt



TGT - Rulo de queso de cabra Cabreros







Bimbo - Pan de molde



MINI PIZZAS DE SALCHICHÓN

(🕒 - 25' | 👤 - 2)

Elaboración

1 Haga círculos en una masa de pizza con un molde y colóquelos sobre una bandeja forrada con papel de horno.

2 Píntelos con una cuchara de tomate frito y añada el queso y el salchichón previamente cortado.

3 Hornéelas durante 20 minutos en horno precalentado a 200ºC

Ingredientes

› Salchichón de bellota D'Aracena al gusto
› 50 g de queso Ulloa García Baquero
› Masa para pizza
› 100 ml de tomate frito

Nuestras sugerencias




D'Aracena - Salchichón de Bellota



García Baquero - Queso Arzúa Ulloa

CHILI CON CARNE

(- 45’ | - 2)

Elaboración

1 Disponga un poco de aceite de oliva en la sartén y caliente. Añada la carne picada con el comino hasta que cambie de color. Retírela del fuego y en la misma sartén saltee la cebolla, el tomate, pimiento rojo y si lo desea, un diente de ajo.

2 Cocine durante 5 minutos y añada la carne molida.

3 Coloque los frijoles, el comino, el puré de tomate y los chiles en la sartén. Cocínelo hasta que el caldo de los frijoles burbujee e incorpore los ingredientes que separó para combinarlos.

4 Cocine a fuego lento durante 15 minutos.

5 Si la consistencia es muy espesa, agregue un poco de agua.

Ingredientes

› 500 g de carne picada ecológica EP
› 400 g de frijoles rojos
› 400 g de tomate picado
› 100 g de pimiento rojo
› 1 cucharada de comino
› 1 cucharada de pimienta
› 5 chiles chipotle picados
› 6 cucharadas de puré de tomate

Nuestras sugerencias



Ecológica de los Pirineos - Carne picada ecológica

HUMMUS CON CHIMICHURRI

(- 30’ | - 6)

Elaboración

1 **Para hacer el hummus:** Triture los garbanzos en batidora con el aceite de oliva, el tajín, el pimentón, el zumo de limón, el diente de ajo y la sal.

2 Emplate colocando una porción de hummus en la base y mezcle con la salsa chimichurri y pimentón.

Ingredientes

- Salsa chimichurri Salsas Asturianas
- 250 g de garbanzos cocidos
- 4 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de tajín
- Zumo de 1 limón
- $^1/_2$ diente de ajo
- Sal

Nuestras sugerencias



Salsas Asturianas - Salsa Chimichurri

CROSTINI DE HUMMUS DE AGUACATE Y POLLO RELLENO CARLOTEÑA

(- 5’ | - 2)

Elaboración

1 Ponga en el vaso de la batidora o procesador de alimentos el aguacate, los garbanzos bien escurridos y lavados, la sal, la pimienta, el tahini y el zumo de limón.

2 Triture bien hasta que quede una mezcla lisa.

3 Corte unas rebanadas de pan, o use cualquier pan plano.

4 En un mortero ponga el ajo, dos o tres cucharadas de aceite de oliva y machaque.

5 Corte en lonchas el pollo asado La Carloteña.

6 Prepare sobre el pan el hummus de aguacate y el pollo La Carloteña y sazone con pimentón al gusto.

Ingredientes

- Pollo Asado relleno La Carloteña
- Pan
- Aceite de oliva virgen extra
- 1 diente de ajo
- 500 g de aguacate maduro
- 200 g de garbanzos cocidos escurridos
- 1 cucharada de tahini
- Zumo de 1/2 limón
- Sal
- Pimienta molida
- Aceite de oliva virgen extra
- Pimentón dulce o picante

Nuestras sugerencias





La Carloteña - Pollo relleno

EMPANADILLAS DE CARNE CON PARMESANO Y FRUTOS SECOS

(🕒 - 25′ | 👤 - 8 empanadillas)

Receta cortesía de Congalsa

Elaboración

1 Precaliente el horno a 210°.

2 **Para preparar la salsa de aguacate:** Pique en batidora todos los ingredientes. Añada el picante al gusto.

3 Licue bien hasta obtener una salsa suave y cremosa. Si la salsa resultó muy picante, puede rebajarla usando un poco más de mayonesa o limón.

4 La salsa se puede preparar de antemano y guardar refrigerada hasta el momento de servirla.

5 Hornee las empanadillas entre 12 y 16 minutos a 210°. Corte queso en láminas para la guarnición y añada los frutos secos a la presentación.

Ingredientes

› 8 Empanadillas Horneables de Carne Ibercook Chef

Guarnición
› Queso parmesano laminado
› Frutos secos al gusto

Salsa de Aguacate
› 200 g de mayonesa
› 1 aguacate maduro
› 1 cucharada perejil, cilantro picado (solo hojas)
› $^1/_2$ diente de ajo
› 2 cucharadas de jugo de limón
› Tabasco, sal y pimienta al gusto

Nuestras sugerencias





Congalsa - Empanadillas horneables de carne Ibercook Chef



EMPANADILLAS DE ATÚN CON TOMATES CHERRY

(🕒 - 35′ | 👤 - 8 empanadillas)

Elaboración

1 **Para la guarnición:** Triture todos los ingredientes a excepción del tomate y deje reposar al menos 10 minutos.

2 Vierta la vinagreta sobre los tomates en un recipiente apto para horno.

3 Mientras se precalienta el horno a 210°, hornee la guarnición durante 15 minutos aproximadamente.

4 Retire la guarnición e introduzca las empanadillas en una bandeja con papel de hornear durante 12-16 minutos aproximadamente.

5 Prepare la salsa de yogur mezclando bien todos los ingredientes a excepción del yogur.

6 Añada el yogur y licue hasta obtener una salsa cremosa.

7 Añada sal, comino y pimienta al gusto.

Receta cortesía de Congalsa

Ingredientes

› 8 Empanadillas Horneables de Atún Ibercook Chef

Guarnición
› 200 g tomate cherry
› 1 diente de ajo picado
› Tomillo, Romero fresco
› 1 cucharada sopera de aceite de oliva virgen extra
› $^{1}/_{4}$ cucharada sopera de vinagre de manzana
› Sal, Pimienta

Salsa de Yogur
› 1 yogur natural (no azucarado)
› 1 cucharada sopera de cilantro picado
› $^{1}/_{2}$ diente de ajo
› 1 jalapeño sin semillas
› 1 cucharada de jugo de limón y ralladura
› Sal, pimienta, comino al gusto

Nuestras sugerencias




Congalsa - Empanadillas horneables de atún Ibercook Chef



QUESADILLA CON QUESO Y JAMON DE BELLOTA

(- 20' | - 2)

Elaboración

1 Sin aceite, caliente la sartén y coloque una tortilla de trigo. Ponga encima el queso, jamón de bellota y tape con la otra torta.

2 Deje que se haga 2-3 minutos a fuego medio por cada lado. Hasta que se tueste.

3 **Para el pico de gallo:** Pique un tomate en cuadrados pequeños junto con una cebolleta cortada finamente, cilantro y mézclelo todo. Añada aceite de oliva para completar.

Ingredientes

- Queso Edam TGT al gusto
- 3 lonchas de jamon de bellota D'Aracena
- Tortillas de trigo

Para el pico de gallo

- 1 tomate
- 1 cebolleta
- Cilantro
- 1 cucharadita de aceite de oliva

Nuestras sugerencias





TGT - Queso lonchas Edam

D'Aracena - Jamón de Bellota



EMPANADILLAS DE CARNE PICADA

(🕒 - 40' | 👤 - 4)

Elaboración

1 En una sartén con aceite de oliva, fría la cebolla y el pimiento y añada la carne picada. Posteriormente, añada el tomate rallado y rehogue.

2 Aparte del fuego, añada el tomillo, las aceitunas, las claras de huevo y mezcle; sazónelo con sal y pimienta y déjelo enfriar para poder hacer las empanadillas.

3 Rellene las obleas con esta preparación, pinte el borde interior con un poco de huevo batido, dóblelas y ciérrelas bien trenzando la parte inferior sobre la parte superior. Colóquelas sobre una bandeja, píntelas con huevo batido e introdúzcalas en el horno previamente calentado a 200ºC.

4 Dore las empanadillas durante 12 minutos.

Ingredientes

- 400 g de carne picada 100% natural
- 2 cucharadas de tomate rallado bio Campo Rico
- 12 obleas grandes
- 1 cebolla picada fina
- $^{1}/_{2}$ pimiento rojo picado
- 50 g de aceitunas verdes picadas
- 2 huevos duros (sólo las claras picadas)
- 1 huevo
- Sal
- Pimienta blanca
- 1 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de tomillo

Nuestras sugerencias



EL Encinar de Humienta - Carne picada 100% natural





Huerta Camporico, S.L - Tomate rallado bio



BARQUITO DE CHISTORRA CON HUEVO DE CODORNIZ

(- 10’ | - 6)

Elaboración

1 Prepare las rebanadas de pan en la rejilla del horno con el grill al máximo y dórelas.

2 En una sartén, corte la chistorra en trozos y a fuego vivo, dórela bien para que suelte la grasa. En otra sartén con aceite de oliva caliente, fría los huevos de codorniz abriéndolos con una puntilla. Ponga en cada rebanada 1 trozo de chistorra con un huevito y un poco de sal en cada uno. Sirva caliente.

3 Use un palillo de madera para sostener.

Ingredientes

- 1 ristra de chistorras artesanas Zubia
- 6 rebanadas de pan de pueblo
- 6 unidades de huevo de codorniz
- Sal
- Aceite de oliva

Nuestras sugerencias





Zubia - Chistorra artesana



DÁTILES CON BACON

(- 30′ | - 4)

Elaboración

1 Fría las almendras y déjelas enfriar.

2 Haga un corte en el lateral del dátil para así quitar el hueso. Rellene el dátil con una almendra o dos dependiendo del tamaño. Mientras, ponga el horno a calentar a 250ºC.

3 Envuelva el dátil junto con la almendra con una loncha de bacon y sujételo con un palillo para que no se desenrolle (utilice media loncha para cada dátil).

4 Colóquelos en una bandeja en el horno hasta que estén dorados y déjelos enfriar al menos 15 minutos para servir.

Receta cortesía de AMC

Ingredientes

› 350 g de dátiles AMC
› 300 g de bacon
› Aceite de oliva
› 80 g de almendras

Nuestras sugerencias



AMC - Dátiles



BOCADITOS DE QUESO CHEDDAR Y BACON/JAMÓN

(🕒 - 30’ + reposo | 👤 - 2)

Receta cortesía de Ford Farm Cheesemakers

Ingredientes

- 120 g Wookey Hole Cave Aged Cheddar cortado en cubos
- 200 g harina
- 200 g migas de pan
- 300 g de trozos de jamón serrano o bacon
- 1 cucharita de sal
- 1 cucharita de azúcar
- 1 cucharita de levadura
- 1 cucharita de pimienta negra
- 1 cucharita de jengibre molido
- 1 cucharita de paprika ahumado
- 1 cucharita de azúcar moreno
- 1 huevo
- 1 dente de ajo
- 1 cebolla
- 2 tomates
- Aceite de girasol para freír

Nuestras sugerencias



Ford Farm Cheesemakers -
Wookey Hole Cave Aged Cheddar

Elaboración

1 Mezcle la harina, la levadura, la sal y el azúcar. Deje reposar durante 2 - 3 horas.

2 Precalienta el horno. Coloque el bacon o los trozos de jamón serrano hasta que estén completamente cocidos. Separe y enfríe.

3 Retire los trozos de la masa y extiéndalos para hacer rondas de 150 mm.

4 Coloque bacon o el jamón serrano y los cubos de Wookey Hole Cave Aged Cheddar envejecidos en el centro. Forme una bola redonda con la masa asegurándose que la carne y el queso estén completamente unidos con forma de bola.

5 Bata el huevo en un bol y en otro bol, ponga las migas de pan.

6 Sumerja las bolas de masa en el huevo y luego páselas sobre la miga de pan.

7 Coloque las bolas en el aceite caliente y fríalas hasta que se doren.

8 Transfiera las bolas de masa a una bandeja y colóquelas en el horno durante 15 minutos a 185 grados.

9 **Para la salsa:** Ase los tomates con la cebolla picada y un diente de ajo. Espolvoree con el azúcar moreno y cocine hasta que la cebolla esté transparente.

10 Remueva y mezcle con jengibre, sal, pimienta y paprika. Agregue agua si es necesario.

ENSALADA

TOMATES CHERRY CON FUET Y QUESO DE CABRA

(🕒 - 25’ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Corte el fuet en lonchas, tantas como tomates quiera preparar. Corte 6 rebanadas más de fuet y píquelas finas. En un plato, aplaste el queso de cabra y mézclelo con el fuet picado y las hierbas aromáticas.

2 Caliente los tomatitos durante algo menos de 1 minuto en agua hirviendo si quiere eliminar la piel (este paso es opcional).

3 Corte la tapa de cada tomatito, vacíe el interior con cuidado para que no se rompa y rellénelos con la salsa de queso y el fuet que preparó anteriormente.

4 Coloque cada tomate sobre una de las rebanadas de fuet resevadas y sírvalo.

Receta cortesía de Noel

Ingredientes

- $^{1}/_{3}$ Fuet Noel
- $^{1}/_{2}$ rulo de queso de cabra Cabreros
- 12 tomates cherry
- Orégano, tomillo y romero seco picados

Nuestras sugerencias





Noel - Fuet



TGT - Rulo de queso de cabra Cabreros



ENSALADA DE PECHUGA DE PAVO AL MISO

(🕒 - 15′ | 👤 - 1)

Elaboración

1 **Aliño:** Con un prensa ajos, extraiga el jugo al jengibre. Deshaga el miso con ayuda de la cucharada de agua, mézclelo con el jugo de jengibre, incorpore el resto de ingredientes y bata hasta que el aliño emulsione y quede homogéneo.

2 Corte la zanahoria en tiras finas y el pepino en rodajas.

3 Cueza los guisantes hasta que estén tiernos, enfríe en agua fría y escurra.

4 Sirva las verduras en un plato, coloque el pavo sobre éstas, riegue con el aliño del miso y jengibre. Espolvoree con unas semillas de sésamo y sírva.

Receta cortesía de Noel

Ingredientes

- 3 lonchas de pechuga de pavo Noel
- 1 pepino
- 1 zanahoria
- $^1/_3$ taza de guisantes frescos pelados
- 1 cuchara de semillas de sésamo (blanco y/o negro)

Aliño

- 1 cuchara de zumo de limón Solimón
- 1 cuchara de miso
- 1 cuchara de agua
- 1 cuchara de vinagre de manzana
- 1 cuchara de miel
- 1 cuchara de aceite de oliva
- $^1/_2$ cuchara de salsa de soja
- 2 cm de raíz de jengibre fresco

Nuestras sugerencias





Noel - Pechuga de pavo Grand Bouquet



Derivados Cítricos - Solimón



ENSALADA DE ANCHOAS Y TOMATES

(🕒 - 10' | 👤 - 2 o 3)

Elaboración

1 Lave y corte en rodajas el tomate y el queso mozzarella.

2 Coloque alternando el tomate y la mozzarela y coloque las anchoas Ortiz sobre el tomate.

3 Espolvoree el perejil picado al gusto, un poco de sal y un chorrito de aceite de oliva virgen extra.

Receta cortesía de Ortiz

Ingredientes

- 50 g de Anchoas en aceite de oliva Ortiz
- 2 tomates de ensalada Frutas Tejerina
- 50 g de queso mozzarela
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Perejil

Nuestras sugerencias





Ortiz - Anchoas del cantábrico



Frutas Tejerina - Tomate ensalada



ENSALADA DE EDAMAME Y QUINOA

(- 20′ | - 4)

Receta cortesía de Sushita

Elaboración

1 Hierva agua en un cazo mediano. Cuando esté en ebullición, añada la quinoa y deje hirviendo durante 8-10 minutos.

2 Pele las vainas de edamame, previamente descongeladas y saque las semillas.

3 Corte la cebolla roja en juliana y los rabanitos en círculos finos.

4 Saque las semillas de la granada. En un bol grande, añada la quinoa, edamame, cebolla, rábanos, granada y almendras. Mezcle todo.

5 **Para la salsa:** añada en un bol pequeño el aceite de oliva, salsa de soja, salsa de mostaza y miel, zumo de limón y una pizca de sal. Mezcle bien hasta ligar todos los elementos.

6 Incorpore la salsa al bol de la ensalada y remueva todo hasta que mezclen los sabores.

Ingredientes

- 500 g semillas de edamame Sushita
- 200 g de quinoa KS
- 2 cebollas rojas
- 2 rábanos
- 16 g hojas de menta cortada
- $^{1}/_{2}$ granada
- 30 g almendras tostadas

Para la salsa de miel

- 2 cucharas soperas aceite de oliva
- 2 cucharas soperas de salsa de soja
- Zumo de 1 limón
- 2 cucharadas soperas salsa de mostaza y miel
- 1 pizca de sal

Nuestras sugerencias

SUSHITA
HEALTHY MOOD



Sushita - Edamame





KIRKLAND™ Signature - Quinoa



ENSALADILLA RUSA CON ACEITE DE OLIVA

(- 35' | - 2 o 3)

Elaboración

1 **Para la mayonesa:** casque un huevo en un bol, agregue un chorrito de limón, sal y aceite de oliva. Bata sin levantar, hasta que la mezcla se emulsione.

2 **Para la ensaladilla rusa:** en una olla grande, ponga a hervir las patatas y la zanahoria peladas con un poco de sal. Deje enfriar y escurra.

3 Cueza otros 2 huevos en otra cacerola pequeña y pele separando la yema de la clara.

4 Triture todos los ingredientes cocidos en dados pequeños y vaya mezclándo en un cuenco grande. Riegue con aceite de oliva virgen extra.

5 Escurra el aceite de la melva y añádalo al cuenco, mezclándolo todo. Para terminar, añada la mayonesa y decore con la yema muy picada y un poco de perejil.

Ingredientes

- 250 ml de aceite de oliva virgen extra Oro Bailén
- 500 g de patatas rojas Hnos G Arrébola
- 3 huevos
- Limón
- 100 g de zanahoria
- 1 lata de melva en aceite de oliva
- Sal

Nuestras sugerencias



Aceites Oro Bailén - Aceite de oliva



Hermanos González Arrébola - Patata roja



ENSALADA DE TOMATE, BONITO Y ANCHOAS

(- 10’ | - 2)



Receta cortesía de Ortiz

Elaboración

1 Limpie, pele y corte en rodajas los tomates.

2 Corte la cebolleta en juliana y añádala.

3 Pele, corte en cubos y añada el aguacate.

4 Añada el bonito del norte en aceite de oliva.

5 Añada las anchoas y las aceitunas negras y aliñe al gusto.

Ingredientes

- 160 g de bonito del norte en aceite de oliva Ortiz
- 2 Tomates medianos
- 2 Aguacates
- 1 barqueta de anchoas en aceite de oliva (55 g)
- 1 Cebolleta
- Aceitunas negras

Nuestras sugerencias

Ortiz - Bonito del Norte

PIRÁMIDE DE BONITO DEL NORTE CON VERDURITAS

(🕒 - 15′ | 👤 - 2)

Receta cortesía de Ortiz

Elaboración

1 Ase el pimiento rojo, pélelo, lamínelo y saltéelo con un poco de ajo. Ralle la zanahoria. Corte el pimiento verde y la cebolla en juliana y póchelos.

2 Coloque en un molde la mezcla de la zanahoria rallada, la cebolla y el pimiento verde pochado.

3 Desmóldelo y rellene el hueco con lechugas variadas aliñadas.

4 Para terminar, ponga verticalmente unas láminas de bonito del norte. Para decorar utilice la vinagreta.

Ingredientes

› 50 g de bonito del norte en aceite de oliva Ortiz
› 30 g de zanahoria baby Grimmway
› 30 g de pimiento verde
› 30 g de pimiento rojo
› 30 g de cebolla
› Lechugas variadas
› Vinagreta

Nuestras sugerencias



Ortiz - Bonito del Norte





Grimmway - Zanahoria baby



ENSALADA DE QUESO, MANZANA Y NUECES

(- 20’ | - 3)

Elaboración

1 **Para la vinagreta**: mezcle tres partes de aceite con una de vinagre. Disuelva la sal, la pimienta y la miel en el vinagre, añada el aceite de oliva y por último, emulsione.

2 Lave las manzanas y córtelas con piel en cuartos y después en finas lascas.

3 Lave los canónigos lavados en agua fría y escúrralos. Emplátelos y añada queso fresco al gusto. Después, coloque los trozos de manzana.

4 Aliñe con la vinagreta que ha reservado al principio de la elaboración (hay que volver a emulsionar justo antes de aliñar).

5 Termine añadiendo las nueces peladas encima de la ensalada.

Receta cortesía de García Baquero

Ingredientes

- 150 g de queso fresco García Baquero
- 200 g de canónigos
- 250 g de manzana golden
- 80 g de nueces peladas
- Aceite de oliva virgen extra
- Vinagre de Módena
- 40 gramos de miel
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias





García Baquero - Queso fresco en barra

TOMATES RELLENOS DE ENSALADILLA RUSA

(🕒 - 20' | 👤 - 4)

Elaboración

1 Lave y vacíe los tomates. Haga un corte transversal bajo el tallo y guarde esta parte para usar de tapa para la presentación.

2 Aliñe ligeramente con sal, pimienta blanca y agregue un poquito de vinagre y aceite de oliva virgen extra. Deje macerar durante 10 minutos aproximadamente, retire el líquido sobrante del interior de los tomates.

3 Disponga los tomates en un plato, rellénelos con ensaladilla rusa Yatecomeré y ponga la tapa que guardó sobre la ensaladilla del tomate (puede usar un palillo decorativo, si lo necesita). Disponga a un lado unos picos de pan en la mesa para acompañar.

Receta cortesía de Yatecomeré

Ingredientes

- Ensaladilla rusa Yatecomeré
- Aceite de oliva virgen extra Elizondo
- 4 tomates maduros
- Sal
- Pimienta blanca
- Vinagre de manzana
- Picos de pan para acompañar

Nuestras sugerencias





Yatecomeré - Ensaladilla rusa gourmet





Elizondo - Aceite de oliva



ENSALADA TEMPLADA CON TIRAS DE CARNE EN BASE DE CANÓNIGOS

(- 15’ | - 2)

Elaboración

1 Corte el lomo en tiras y aparte en una sartén con aceite el lomo salpimentado por cada lado durante 2 minutos. Debe obtener un término medio y, una vez esté, deje reposar durante unos minutos y corte en tiras finas.

2 En la base de canónigos, tomate cherry y dados de mozzarela. Añada el lomo y cúbralo con la vinagreta de mostaza, si lo desea, espolvoree semillas de ajonjolí.

3 **Para la vinagreta:** mezcle la mostaza, el aceite de oliva, el zumo de limón, el azúcar moreno, sal y pimienta.

Ingredientes

- 150 g de lomo bajo de añojo
- 80 g de tomate cherry
- 100 g de canónigos
- 50 g de mozzarela
- Semillas ajonjoli

Para la vinagreta

- 2 cucharadas de aceite de oliva Elizondo
- 1 limón
- 1 cuchara sopera de mostaza
- 1 pizca de sal
- 1 cucharadita de azúcar moreno
- 1 pizca de pimienta

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Lomo bajo de añojo





Elizondo - Aceite de oliva



TOMATES RELLENOS DE QUESO COTTAGE

(- 15' | - 4)

Elaboración

1. Vacíe los tomates con la ayuda de un cuchillo bien afilado. Para ello, corte la tapa del tomate y luego vacíe el interior.
2. Pele y corte el aguacate, las aceitunas y el maíz en daditos pequeños y mézclelo con el queso cottage.
3. Mezcle la mayonesa con el aceite de oliva virgen extra y viértalo en el bol de los aguacates con el queso cottage.

Ingredientes

- 4 tomates de rama Tomazur
- 200 g de queso cottage Arla
- 100 g de maíz dulce
- Mayonesa al gusto
- 1 aguacate
- 1 chorrito de aceite de oliva
- 50 g de aceitunas negras

Nuestras sugerencias



Tomazur - Tomate de rama

ENSALADA TIBIA DE ALCACHOFAS SALTEADAS Y ESCAROLA

(- 20' | - 4)

Receta cortesía de Cynara

Elaboración

1 Seleccione las hojas más tiernas de la escarola y del perejil y resérvelas sobre papel absorbente tras lavar y secar.

2 Corte la granada por la mitad a lo ancho y ponga una de las partes boca abajo sobre un bol. Golpee la cáscara con el reverso de una cuchara para que suelte los granos y retire los restos de tejido amarillo que puedan quedar junto a ellos.

3 Remoje los orejones de tomate en agua tibia y córtelos en pequeños dados una vez rehidratados y tiernos. Lamine el ajo finamente y corte el queso en tacos menudos.

4 Caliente un chorrito de aceite en una sartén, saltee los corazones cortados en mitades hasta que se doren, salpimiente y baje el fuego. Añada entonces el tomate, el ajo, el ají y el perejil y deje que potencien su aroma.

5 Mezcle las hojas de escarola con la granada y perejil y añada el aceite de oliva y la sal. Prepare un molde con forma de aro en cada plato y reparta las alcachofas salteadas. Acabe de llenar los moldes con la ensalada de escarola y sirva.

Ingredientes

- 1 tarro de corazones de alcachofa Baby Cynara
- 1 escarola
- 2 ramitas de perejil
- 100 g de queso tierno de cabra
- $^{1}/_{2}$ granada
- 3 orejones de tomate seco
- 6 cucharadas de aceite de oliva extra virgen
- $^{1}/_{2}$ diente de ajo pelado
- $^{1}/_{2}$ cucharilla de ají
- sal y pimienta al gusto

Nuestras sugerencias

CYNARA



Cynara - Alcachofas

ENSALADA DE VERANO CON PALITOS DE CANGREJO

(🕒 - 15' | 👤 - 2)

Elaboración

1 Cueza la pasta y déjela enfriar.

2 Corte las aceitunas negras, los palitos de cangrejo y los tomates cherry, cuando los tenga lamine el queso parmesano.

3 Para la base de la ensalada use las hojas, añada el resto de los ingredientes y aliñe al gusto con nuestro aceite de oliva virgen extra y nuestro vinagre balsámico.

Ingredientes

- 6 palitos de cangrejo Krissia
- 8 tomates cherry
- Aceitunas negras
- 50 g de Macarrones Fussili
- Canónigos y rúcula
- Queso Parmiggiano KS
- Vinagre Balsámico KS
- Aceite de Oliva Virgen Extra

Nuestras sugerencias



Krissia - Barritas de Surimi



ENSALADA DE PECHUGA DE POLLO CON MANGO

(🕒 - 30′ | 👤 - 1)

Elaboración

1 Comience haciendo la pechuga de pollo al grill, ase los pimientos al horno y déjelos enfriar.

2 Tome la mitad del mango (sin hueso y sin pelar) y realice cortes en forma de cuadrícula, primero cortes verticales paralelos y después horizontales y dé la vuelta a la piel.

3 Para empezar a montar la ensalada, añada en un plato la capa de brotes tiernos, el mango en cuadrícula, la pechuga de pollo, los pimientos y el queso feta. ¡Aliñe al gusto!

Ingredientes

- $^{1}/_{2}$ Mango del Cielo
- 1 Pechuga de pollo amarillo Gran CUK
- 100 g de brotes tiernos
- $^{1}/_{2}$ pimiento rojo
- $^{1}/_{2}$ pimiento amarillo
- Queso feta

Nuestras sugerencias



Mangos del Cielo - Mango Premium

GRUPO SADA



SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK




VERDURA

FLORES DE ALCACHOFA RELLENAS DE PINTXO DONOSTIARRA CON SALSA DE PIQUILLO
(🕒 - 30′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 **Para la salsa de piquillos:** caliente 2 cucharadas de aceite en una sartén y añada el diente de ajo picado. Cuando empiece a dorar, añada los pimientos partidos por la mitad, sal y azúcar. Deje a fuego medio unos 3 minutos. Retire y bata con leche y un chorro de aceite.

2 Cueza las hojas de las alcachofas y el tallo con agua, zumo de limón y sal, y a fuego medio durante 15 minutos.

3 Pinte el fondo del plato con la salsa de piquillos, coloque las alcachofas encima y abra con cuidado las hojas a modo de flor.

4 Reparta sobre cada alcachofa el pintxo de marisco y sirva espolvoreando con perejil picado.

Receta cortesía de Aguinaga

Ingredientes

- Pintxo de marisco Aguinaga
- 1 cuchara de zumo de limón Solimón
- 4 alcachofas
- 6 pimientos del piquillo en conserva
- 10 dl de leche desnatada
- 1 diente de ajo
- 1 cuchara de azúcar
- 1 cucharada de aceite de oliva
- Sal
- Perejil picado

Nuestras sugerencias





Angulas Aguinaga S.A.U. - Pintxo marisco




Derivados Cítricos - Solimón

COLES DE BRUSELAS CON QUESO Y PURÉ DE PATATAS

(- 50’ | - 4)

Elaboración

1 Cueza las patatas lavadas previamente con abundante agua y un poco de sal durante 35 minutos. Sáquelas y déjelas enfriar. Cuando estén frías, pélelas y páselas por el pasapuré.

2 Sazone el puré al gusto y ralle el queso. Vierta una cucharada de aceite de oliva virgen extra y mezcle bien los ingredientes. Reserve un poco de queso para gratinar al final.

3 Limpie las coles y caliéntelas en una sartén con un chorrito de aceite, agregue las coles, sazone al gusto y cocínelas a fuego lento durante 10-12 minutos.

4 Sirva el puré de patata en el fondo de la fuente de horno, coloque encima las coles de Bruselas y aderece con un poquito de aceite de oliva virgen extra. Agregue el queso rallado por encima.

5 Gratine al horno durante 7 minutos en modo grill. Sirva recién horneado.

Receta cortesía de García Baquero

Ingredientes

- 95 g de queso García Baquero
- 8 patatas Medley Torribas
- 40 coles de Bruselas
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

Nuestras sugerencias

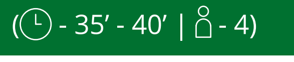



García Baquero - Queso Viejo maestro




Torribas - Patata Medley

SALTEADO DE GUISANTES CON FRANKFURT Y HUEVO POCHÉ



Elaboración

1. Corte el puerro en juliana pequeña y el ajo muy fino.
2. Corte la salchicha SCHARA Frankfurt en rodajas.
3. Sofría el ajo con la mantequilla hasta dorar y añada el puerro y la salchicha.
4. Añada la harina y sofría un poco.
5. Incorpore el caldo de pollo y lleve a ebullición.
6. Añada los guisantes y sofría un poco.
7. Poche los huevos en agua con vinagre y sal sin cocinarlos del todo.
8. Emplate colcándolos encima de los guisantes y salchichas.

Receta cortesía de Schara

Ingredientes

- 4 salchichas SCHARA Frankfurt
- 1 puerro
- 1 diente de ajo
- 3 cucharadas de mantequilla
- $^{1}/_{2}$ cucharada de harina
- 200 ml de caldo de pollo
- 500 g de guisantes
- 2 huevos

Nuestras sugerencias





Schara - Salchichas Frankfurt

PASTEL DE PISTO

(🕒 - 30' | 👤 - 4)

Elaboración

1 Cueza la pechuga de pollo en agua hirviendo durante unos 15-20 minutos. El tiempo de cocción variará dependiendo del tamaño de la pechuga. Puede comprobar el punto dando un corte en el centro.

2 Una vez cocida, deje enfriar para poder manipularla con las manos sin quemarse y desmigarla usando los dedos.

3 Por otro lado, añada un chorro de aceite en una sartén y a continuación el pollo desmigado.

4 Dórelo ligeramente y añada el pisto. Remueva bien, deje que se caliente a fuego lento y ajuste el punto de sal de considerarlo necesario.

5 Añada el ajo en polvo y el tomillo. Mezcle bien.

6 A continuación, vierta el pisto en una fuente redonda apta para horno. Corte las tortillas en rectángulos y tuérzalos en forma de pajarita. Colóquelos encima del pollo con pisto.

7 Repita hasta cubrir toda la fuente.

8 Bata el huevo y unte con él la superfie de los lazos de tortilla.

9 Hornee a 180 ºC hasta que se dore.

Receta cortesía de Hida

Ingredientes

- 1 bote de pisto Hida
- 1 pechuga de pollo
- 2 tortillas Mission
- 1 paquete de masa filo
- 1 huevo
- 1 cucharadita de ajo en polvo
- 1 cucharadita de tomillo
- Aceite de oliva
- Sal

Nuestras sugerencias



Hida - Pisto sofrito de verduras casero


SOPA

SALMOREJO

(- 20' + macerado | - 4)

Receta cortesía de Tomazur

Elaboración

1. Lave y trocee los tomates sin quitar la piel. Corte el pan.
2. En un recipiente, añada los tomates, el pan, el ajo, el vinagre, el aceite y la sal como si de una ensalada se tratase.
3. Deje macerar en la nevera 24 horas. Pasado ese tiempo, triture en la batidora. Cueza el huevo duro.
4. En un cuenco, sirva una ración de salmorejo. Ponga en el borde una loncha de jamón. Puede acompañar con huevo cocido rallado.

Ingredientes

- 1 kg de tomate de rama Tomazur
- Aceite de oliva virgen extra Olivar de Segura
- 400 g de pan
- Un diente de ajo
- Vinagre de manzana
- Sal
- 4 lonchas de jamón ibérico
- Huevo cocido

Nuestras sugerencias



Tomazur - Tomate de rama





Olivar de Segura - Aceite de oliva virgen extra

GAZPACHO

(- 20' + atemperado | - 8)

Receta cortesía de Olivar de Segura

Elaboración

1 Macere dos kilos de tomate, media barra de pan del día anterior, pimiento rojo, cebolla tierna pequeña, un pepino sin semillas y un vaso de agua con gas, todo condimentado como si fuera una ensalada, con sal, vinagre y aceite de oliva.

2 Añada también medio kilo de hielo en cubitos, mezcle y deje en la nevera al menos tres horas.

3 Pasado este tiempo, triture en la batidora y pase por un colador chino. Rectifique de sal.

4 Sirva acompañado de croutones de pan de campo.

Ingredientes

- Aceite de oliva virgen extra Olivar de Segura
- 2 kg de tomate de rama Tomazur
- $^{1}/_{2}$ barra de pan
- 1 pimiento rojo
- 1 cebolla
- 1 pepino
- Agua con gas
- Vinagre
- Sal
- Croutones de pan

Nuestras sugerencias





Olivar de Segura - Aceite de oliva virgen extra



Tomazur - Tomate de rama

BURRATA, GAZPACHO DE GUISANTES Y PESTO DE MENTA

(🕒 - 20’ | 👤 - 1)

Elaboración

1 **Pesto de menta:** Dore los piñones en la sartén y déjelos enfriar. Añada todos los ingredientes en el vaso de la batidora excepto los piñones. Triture hasta obtener una pasta fina y posteriormente agregue los piñones o almendras. Dele sólo uno ó dos toques.

2 **Gazpacho de guisantes:** blanquee los guisantes durante 2 minutos en agua con sal. Escurra y corte la cocción dejando enfriar bajo el grifo.

3 Triture en batidora los guisantes, la menta, la raspadura de limón, sal y aceite, junto con 4 cucharadas de agua. A continuación, enfríe.

4 En un plato hondo, añada una base de la crema de guisantes, la burrata encima y sirva con un poco de pesto.

Ingredientes

- 1 burrata TGT
- 100 g de guisantes
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
- 4 cucharas de agua fría
- Raspadura de medio limón
- 10 hojas de menta

Pesto de menta

- 30 g de menta
- 30 g de albahaca
- 50 g de piñones o almendras
- 70 g de acete de oliva virgen extra
- Queso parmesano al gusto
- $^{1}/_{2}$ cucharadita de sal

Nuestras sugerencias





TGT Zanetti - Burrata



SOPA VIETNAMITA

(- 25’ | - 4)

Elaboración

1 Dore la cebolla y el jengibre en una sartén. Añada las especias, saltee y una vez haya cogido aroma, reserve.

2 Hierva los fideos en agua por 3 ó 4 minutos y escurra. Infusione las especias, cebolla y jengibre en el caldo Aneto durante 15 minutos, añada azúcar, disuelva y cuézalo.

3 Coloque en un bol, los fideos, el pollo crudo y agregue el caldo Aneto muy caliente, para que se haga el pollo.

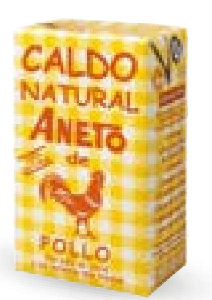
4 Añada los toppings: brotes de soja, guindilla, menta y cilantro al gusto.

Receta cortesía de Aneto

Ingredientes

- 1 Caldo de pollo Aneto
- 2 pechugas de pollo cortadas en tiras Sada
- 400 g tallarines de arroz
- 1 pieza de jengibre de 1cm
- 2 semillas de cardamomo
- 1 anís estrellado
- 1 cucharada de azúcar moreno
- Menta y cilantro fresco
- 2 limas
- $^1/_2$ cebolla
- 1 rama de canela
- 1 clavo aromático
- 1 cucharada de café de pimienta en grano
- 100 g de brotes de soja
- 1 guindilla

Nuestras sugerencias





Aneto - Caldo Aneto



SADA - Pechuga de pollo entera




2
58
88
98
136
148
232
264
292
Quick & Easy
PASTA Y ARROZ
Lasaña de calabacín, champiñones y chorizo | 110-111
Ensalada de fusilli y atún | 112-113
Espaguetis con salsa de soja y tomate | 114-115
Risotto de boletus y alcachofas | 116-117
Lasaña de verano con Mayonesa | 118-119
Tortellini de pollo y bacon alla caprese | 120-121
Tortellini de carne con guisantes y jamón | 122-123
Espaguetis con bacon, queso cheddar y pollo | 124-125
Espaguetis con atún, tomate triturado y... | 126-127
Lasagna con carne | 128-129
Pizza casera con carne y mozzarella | 130-131
Risotto de Cheddar de Leicester rojo con... | 132-133
Pasta fettuccine Alfredo con pollo a la... | 134-135
108
109

LASAÑA DE CALABACÍN, CHAMPIÑONES Y CHORIZO

(🕒 - 60' | 👤 - 6)

eceta cortesía de Palacios

Elaboración

1 Caliente agua en una cazuela grande. Cuando comience a hervir, sazone y agregue las láminas de lasaña. Cuézalas durante 10-12 minutos.

2 Pique las cebolletas en daditos y póngalos a rehogar en una sartén con aceite. Pique el calabacín y los champiñones de la misma manera y agréguelos hasta que se doren. Pique el chorizo en daditos y añádalos. Sazone y agregue el tomillo seco.

3 Caliente el aceite en una cazuela, agregue la harina y rehóguela un poco.

4 Vierta la leche y cocínela durante 5-6 minutos. Añada un poco de bechamel a la farsa. Prepare la lasaña alternando láminas de lasaña con relleno.

5 Finalmente, cubra la lasaña con bechamel, espolvoree el queso rallado y gratínela en el horno hasta que se dore.

Ingredientes

- Chorizo Palacios
- 20 láminas de lasaña
- 2 cebolletas
- 2 Calabacines
- 500 g de champiñones
- Tomillo y perejil Carmencita
- 750 ml de leche
- 60 g de harina
- 100 g de queso rallado
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal

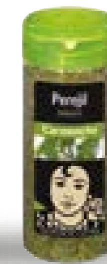
Nuestras sugerencias





Palacios Alimentación S.A. - Chorizo Sarta







Especias Carmencita - Tomillo y perejil

ENSALADA DE FUSILLI Y ATÚN

(- 40′ | - 4)

Elaboración

1 Ponga a hervir la pasta y cuando esté hirviendo, añada la sal. El tiempo de cocción del fusilli es de 15 minutos.

2 En una sartén añada los tomates cherrys con el aceite de oliva a fuego medio durante 10 minutos o hasta que ablanden y separe.

3 Para terminar añada a la pasta, los tomatitos, las alcaparras, aceitunas, el atún, el limón, el queso parmesano y aliñe al gusto. Como ensalada (limón y aceite) o con salsa te tomate.

Ingredientes

- 300 g de Garofalo fusilli
- 20 g de aceitunas negras
- 2 cucharas de alcaparras
- 2 cucharas de limón
- 4 cucharas de aceite de oliva virgen extra
- 3 cucharas de queso parmesano rallado
- Sal y pimienta al gusto
- 3 latas de atún en conservas
- Tomates cherry

Nuestras sugerencias





Garofalo - Fusilli ecológicos

ESPAGUETIS CON SALSA DE SOJA Y TOMATE

(- 40′ | - 6)

Receta cortesía de Kikkoman

Ingredientes

- 6 cucharadas de soja Kikkoman
- 600 g de pechuga de pollo entera SADA
- 500 g de espaguetis
- 1 rama de romero
- 1 rama de savia
- 1 rama de tomillo
- 1 chile
- 2 dientes de ajo
- 1 berenjena mediana
- 50 g de mantequilla
- 5 cucharadas de aceite de oliva

GRUPO SADA



SADA - Pechuga de pollo entera

Nuestras sugerencias





Kikkoman - Salsa de soja

Elaboración

1 Ponga a hervir 500 g de espaguetis con 2 cucharadas de soja.

2 Pique una rama de romero, una de savia, una de tomillo, un chile y dos dientes de ajo.

3 Lave y trocee en dados la berenjena mediana y aplaste 50 g de mantequilla.

4 Rehogue la mezcla de hierbas y ajos con dos cucharadas de aceite de oliva, y tras 3 ó 4 minutos, diluya 4 cucharadas de salsa de soja.

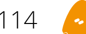
5 Mientras, lave, pele y trocee 600 g de tomates y estófelos junto a las hierbas a fuego medio.

6 Separe algo del agua en el que se cuece la pasta y agréguela al tomate para que no espese demasiado.

7 Corte trozos de pollo y dórelos con un poco de aceite en la sartén.

8 En una sartén, dore bien la berenjena con tres cucharadas de aceite de oliva.

9 Saque la pasta del agua y sin escurrir, mézclela en el fuego junto a la salsa y mantequilla. Emplate agregando por encima los dados de berenjena y pollo. Añada también los tomates con berenjena.



RISOTTO DE BOLETUS Y ALCACHOFAS

(- 40′ | - 4)

Elaboración

1 Ponga a calentar el caldo en un cazo. En una olla, derrita la mantequilla y, cuando esté fundida, añada la cebolla picada. Cuando la cebolla esté dorada, incorpore el vino blanco y déjelo evaporar.

2 Añada el arroz y muévalo con una cuchara de madera hasta que quede con brillo.

3 A continuación, añada el caldo poco a poco hasta que se vaya evaporando y muévalo cada poco tiempo para que quede meloso.

4 A media cocción, incorpore las setas deshidratadas y picadas y, cuando queden tres minutos de cocción, añada los corazones de alcachofa partidos por la mitad, removiéndolos con mucho cuidado.

5 Apártelo del fuego y déjelo reposar tapado con un paño limpio durante 10 minutos.

Receta cortesía de Cynara

Ingredientes

- 1 tarro de corazones de alcachofa Cynara
- 2 vasos de arroz SOS
- 1 litro de caldo de pollo Aneto
- 1 cebolla picada
- 70 g de setas deshidratadas
- 1 chorrito de vino blanco
- 2 cucharadas de margarina o mantequilla
- 4 cucharadas de levadura de cerveza

Nuestras sugerencias



Arroz SOS - Arroz blanco






Cynara - Alcachofas



Aneto - Caldo Aneto

LASAÑA DE VERANO CON MAYONESA

(- 25' | - 4)

Elaboración

1 Ponga 12 placas de lasaña en agua durante 10 minutos.

2 Vierta en un bol la macedonia de verduras con las latas de atún escurridas, los huevos duros, los langostinos cocidos y troceados, la mayonesa y remueva.

3 En una bandeja, añada una capa de placas de la lasaña y cubra con la mezcla. Añada otra capa de placas de lasaña y cubra con tomates en rodajas y jamón de york.

4 Añada otra capa de lasaña y una capa fina de mayonesa. Cubra con huevo duro rallado y decore con rodajas de tomate. Guarde 2 horas en el frigorífico.

Receta cortesía de Ybarra

Ingredientes

- 3 cucharadas de mayonesa Ybarra
- 200 g de langostinos cocidos Langus
- 12 placas de lasaña
- 1 bote de macedonia de verduras
- 3 latas de atún
- 3 huevos duros
- 2 tomates
- 6 lonchas de jamón de york

Nuestras sugerencias




Ybarra - Mayonesa



Langus - Langostino cocido

TORTELLINI DE POLLO Y BACON ALLA CAPRESE

(🕒 - 15′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 Hierva en una olla agua con sal y cueza los Tortellini. Saque la pasta cuidadosamente con una espumadera y échela en un cuenco.

2 Aliñe con un chorrito de aceite y deje que se enfríen. A continuación, añada las perlas de mozzarella, las hojas de albahaca fresca y los tomates cherry.

3 Sazone con el pesto de albahaca y remueva con suavidad. Añada parmesano y pimienta al gusto.

Receta cortesía de Rana

Ingredientes

- 250 g de Tortellini pollo y bacon Rana
- Pesto Rana KS
- Sal
- 400 g de perlas de mozzarela
- 300 g tomates cherry
- Parmigiano Reggiano rallado
- Aceite de oliva virgen extra
- Albahaca fresca
- Pimienta

Nuestras sugerencias





Rana Hispania - KS Pesto





Rana Hispania - Tortellini pollo y bacon

TORTELLINI DE CARNE CON GUISANTES Y JAMÓN

(- 20′ | - 2)

Elaboración

1 Cueza los guisantes en una olla con agua y sal, déjelos durante unos minutos y después escúrralos.

2 Una vez escurridos, coja una sartén y añada la mantequilla hasta que se derrita, luego añada el jamón y los guisantes y cocínelos durante unos minutos hasta que el jamón esté crujiente. Sazone con sal y pimienta al gusto.

3 Mientras tanto, hierva una olla de agua con sal y cueza los tortellini. Una vez se cumplan los minutos de cocción indicados en el envase, escúrralos, sacándolos con una espumadera y páselos a la sartén con el resto de ingredientes y remuevalos suavemente.

4 Distribuya los tortellini en un plato, añada los guisantes, el jamón de york y queso parmesano rallado al gusto.

Receta cortesía de Rana

Ingredientes

- 250 g tortellini carne Rana
- 75 g jamón york
- 75 g de guisantes
- 60 g de mantequilla
- Sal y pimienta
- Queso rallado

Nuestras sugerencias





Rana Hispania - Tortellini carne



ESPAGUETIS CON BACON, QUESO CHEDDAR Y POLLO

(- 35’ | - 4)

Elaboración

1 Caliente aceite en una sartén. Añada la cebolla picada, los ajos pelados y picados y rehogue. Agregue el bacon y el pollo cortado en trozos pequeños, sal, pimienta y el mix o mezcla para fajitas y saltee.

2 Incorpore harina, rehogue y vierta el caldo junto con el queso rallado hasta que se haya fundido.

3 Cueza los espaguetis en caldo de pollo, escurra e incorpore a lo anterior. Mezcle. Ponga en una bandeja, cubra con queso cheddar y gratine. Sirva con un poco de perejil picado por encima.

Ingredientes

- 1 pechuga de pollo Gran CUK
- 350 g de espaguetis Garofalo
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 cuchara de mezcla para fajitas
- 125 g de bacon
- 1 cuchara de harina
- 2 vasos de caldo de pollo
- 150 g de queso cheddar
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal
- Pimienta negra recién molida
- Perejil fresco

Nuestras sugerencias





SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK



Garofalo - Espaguetis



ESPAGUETIS CON ATÚN, TOMATE TRITURADO Y ACEITUNAS NEGRAS

(🕒 - 30′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Corte el atún en dados. Dore a fuego fuerte durante unos minutos en una sartén caliente con poco aceite e incorpore el tomate y una pizca de guindilla.

2 Cocine todo junto durante 10 minutos, añada las aceitunas, la menta picada y una pizca de sal.

3 Hierva la pasta en una olla con agua salada, escurra y vierta en la salsa junto con un cazo de la misma agua hervida. Ponga la mezcla en el fuego durante unos minutos y vaya removiendo para que se mezclen los sabores.

4 Espolvoree con menta fresca al gusto y aceitunas negras.

Receta cortesía de Mutti

Ingredientes

- 300 g de tomate triturado Mutti
- 350 g de espaguetis
- 200 g de atún fresco
- 70 g de aceitunas negras sin hueso
- 1 ramita de menta
- Aceite de oliva virgen extra
- Guindilla en polvo

Nuestras sugerencias





Mutti - Tomate Mutti

LASAGNA CON CARNE

(- 45’ | - 4)

Elaboración

1 Pique la cebolla, el ajo y el pimiento y póngalo al fuego con un fondo de aceite de oliva virgen extra y deje que empiece a sofreír. Agregue la carne.

2 Cuando la carne esté hecha, incorpore los champiñones y el tomate.

3 **Para realizar la bechamel:** ponga aceite en un cazo junto con la harina, mezcle y agregue la leche poco a poco hasta que obtenga el espesor deseado. Salpimente al gusto y añada un poco de nuez moscada.

4 Empiece a preparar la lasaña poniendo una placa en la cazuela y añada una capa de salsa. Alterne placa y salsa hasta llegar al filo. Termine con una placa y cubra con bechamel. Espolvoree con queso rallado. Gratine en el horno hasta que el queso esté fundido.

Ingredientes

- 500 g de carne picada ecológica EP
- 1 paquete de placas de lasaña
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- 1 pimiento
- 1 lata de champiñones laminados
- Tomate frito
- Aceite de oliva virgen extra
- Bechamel (2 cucharadas de aceite, 1 de harina, leche, sal , pimienta y nuez moscada)
- Queso rallado

Nuestras sugerencias



Ecológica de los Pirineos -
Carne picada ecológica

PIZZA CASERA CON CARNE Y MOZZARELLA

(🕒 - 15′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Ponga un poco de salsa de tomate en la masa e introduzca en el horno durante un par de minutos a 250ºC.

2 Cuando saque la pizza del horno, ponga todo el queso mozzarela por encima asegurando que cubra toda la pizza.

3 Por último, ponga la carne picada por encima y los tomates cortados en rodajitas y, con mucho cuidado, introduzca la pizza en el horno. Tendrá que estar 5-6 minutos aproximadamente a 250ºC.

4 Saque la pizza, y ponga un poco de orégano por encima.

Ingredientes

- 100 g de carne picada ecológica EP
- 8 Tomatitos cherry Sunset
- Masa de pizza
- Salsa de tomate
- 100 g de mozzarela
- Orégano
- Aceite de oliva virgen extra

Nuestras sugerencias



Ecológica de los Pirineos - Carne picada ecológica



Sunset - Tomatitos cherry

RISOTTO DE CHEDDAR DE LEICESTER ROJO CON ACEITE DE TUFFLE

(- 40’ | - 2)

Receta cortesía de Ford Farm Cheesemakers

Ingredientes

- 150 g Aged Red Leicester Cheddar
- 200 g Arroz para hacer risotto
- 100 g Mix de frutos secos KS
- 100 g Mantequilla
- 600 ml Caldo de verduras
- 150 ml Sidra espumosa
- 100 ml Aceite de oliva con Trufa
- 4 - 5 Tomates en rama
- 2 Dientes de ajo
- 3 Ramitas de romero fresco o 1 cuchara de romero seco
- 2 Chalotas en rodajas finas
- 1 cucharadita de Sal rosa del Himalaya KS

Nuestras sugerencias



Ford Farm Cheesemakers -
Aged Red Leicester Cheddar

Elaboración

1 **Para realizar el pesto de trufas y nueces:** Precaliente el horno a 250 ºC. Una vez caliente, coloque las nueces, el romero, la sal marina, el ajo y 50 g de mantequilla. Cueza a fuego medio hasta que estén tostadas.

2 Retire del horno los ingredientes, colóquelos en la licuadora y agregue el aceite de oliva con la trufa y mezcle. Coloque en el lateral la mezcla de pesto de trufas y nueces.

3 Ralle 150 g de queso cheddar Leicester y retire.

4 Coloque 50 g de mantequilla en una sartén, agregue las chalotes en rodajas finas y saltéelas hasta que adquieran color.

5 Agregue el arroz y cubra con la mezcla de mantequilla derretida.

6 Agregue la sidra y deje cocinar durante 10 minutos o hasta que se elimine el alcohol.

7 Agregue lentamente una cuchara de caldo, remueva hasta que se absorva y repita esta actividad hasta llegar a los 600 ml de caldo.

8 Mientras se cocina el arroz y tenga una textura cremosa, coloque los tomates en rama en el horno a fuego alto durante 10 - 15 minutos.

9 Agregue el queso cheddar Leicester rallado en el arroz y remueva.

10 Coloque los tomates asados encima del arroz y rocíe el pesto de trufas de nueces mixtas asadas sobre el arroz y listo!

PASTA FETTUCCINE ALFREDO CON POLLO A LA PARRILLA

(🕒 - 40′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 **Para preparar la pasta:** cocine en abundante agua caliente con sal, hasta que esté en su punto. Reserve.

2 En una sartén, rehogue la cebolla finamente picada con la mantequilla. Cuando esté hecha, incorpore la nata con el queso rallado. Bata con cuchara de madera hasta que se espese.

3 Añada la sal, la pimienta y la nuez moscada. Salpimiente las pechugas de pollo y fríalas en aceite a la plancha hasta que estén doradas.

4 Vierta la salsa Alfredo sobre la pasta, y luego coloque una pechuga de pollo a la parrilla por encima.

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo Gran CUK
- 500 g de pasta fettuccine
- 1 cebolla picada
- 60 g de mantequilla
- 100 g de queso parmesano rallado
- 200 ml de nata
- Sal
- Pimienta blanca
- Pizca de nuez moscada
- Agua y aceite

Nuestras sugerencias





SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK



HUEVO



Patatas con Huevos rotos y la Gula del Norte | 138-139



Tortilla de patatas, calabacín y chorizo con... | 140-141



Tortilla de verduras con salsa de soja | 142-143



Quinoa con Pisto y huevos fritos | 144-145



Huevos escalfados con guacamole | 146-147

PATATAS CON HUEVOS ROTOS Y LA GULA DEL NORTE

(- 20' | - 4)

Elaboración

1 Pele y corte las patatas. Fríalas y reserve sobre un papel para dejar secar.

2 En otra sartén, eche dos trocitos de guindilla y añada el ajo fileteado en aceite caliente.

3 Cuando los ajos estén dorados, añada La Gula del Norte y saltee durante un minuto.

4 Fría los huevos aparte, colóquelos encima de las patatas y añada sal.

5 Recuerde primero romper los huevos y a continuación echar La Gula del Norte por encima. Así conservará el sabor de todos los ingredientes en su estado óptimo.

Receta cortesía de Angulas Aguinaga

Ingredientes

- 200 g La Gula del Norte
- 400 g Patatas para freír Meléndez
- 3 huevos
- 1 diente de ajo
- 1 Guindilla
- Aceite
- Sal

Nuestras sugerencias








Angulas Aguinaga S.A.U. - Gula del Norte

Meléndez - Patata para freír

TORTILLA DE PATATAS, CALABACÍN Y CHORIZO CON PIMIENTOS

(🕒 - 30' | 👤 - 4)

Receta cortesía de Palacios

Elaboración

1 Pele la cebolleta y las patatas y córtela en cuartos de luna. Lave el calabacín y córtelo de la misma manera. Finalmente, pique el diente de ajo.

2 Ponga a calentar abundante aceite de oliva virgen extra en una sartén grande. Agregue las verduras y sazone. Rehóguelas hasta que estén a punto.

3 Retire la piel del chorizo, córtelo en cuartos de luna y agréguelos a la sartén. Rehogue brevemente. Retire las verduras y escúrralas.

4 Pele el pimiento rojo y córtelo en tiras gruesas de unos 5 x 2cm. Pique los pimientos verdes de la misma manera. Saltéelos en una sartén con aceite de oliva virgen extra y sazónelos.

5 Bata los huevos de 2 en 2, de 4 en 4 o los 8 juntos. Reparta o agregue las verduras con chorizo y mezcle. Caliente una sartén con un poco de aceite virgen extra, vierta la mezcla (o una parte de la mezcla) y cuaje la(s) tortilla(s).

6 Sirva las tortillas.

Ingredientes

- 100 g de chorizo Palacios
- Aceite de oliva virgen extra Olivar de Segura
- 8 huevos
- 2 patatas
- 1 calabacín
- 1 cebolleta
- 1 diente de ajo
- 2 pimientos verdes
- 1 pimiento rojo
- Sal
- Perejil

Nuestras sugerencias





Palacios Alimentación S.A. - Chorizo





Olivar de Segura - Aceite de oliva virgen extra

TORTILLA DE VERDURAS CON SALSA DE SOJA

(🕒 - 15′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Bata los huevos con la salsa de soja Kikkoman y hierbas aromáticas.

2 Pique y sofría los espárragos verdes, berenjena, pimiento verde, zanahoria, calabacín y setas y añádalo a los huevos.

3 Vierta la mezcla en una sartén bien caliente impregnada de aceite y espere hasta que empiece a cuajar. Dóblela con cuidado y sirva.

4 Puede hacerla del tamaño que quiera o varias pequeñas, ¡a su gusto!

Receta cortesía de Kikkoman

Ingredientes

- 4 cucharas de salsa de soja Kikkoman
- 100 g de espárragos verdes Alpine Fresh
- 8 huevos
- Hierbas aromáticas
- 1 berenjena
- 1 pimiento verde
- 1 zanahoria
- 1 calabacín
- 100 g de setas

Nuestras sugerencias





Kikkoman - Salsa de soja





Alpine Fresh - Espárragos

QUINOA CON PISTO Y HUEVOS FRITOS

(🕒 - 15′ | 👤 - 4)

Receta cortesía de Hida

Elaboración

1 Cueza la quinoa en un cazo con abundante agua con sal durante 15 minutos. Escúrrala y reserve.

2 En una sartén grande, ponga un chorro de aceite de oliva y, cuando esté caliente, añada la quinoa y saltéela ligeramente.

3 Añada el pisto Hida y remueva bien para que la quinoa coja todo el sabor.

4 Cocínelo durante unos minutos y reserve.

5 En otra sartén, ponga abundante aceite y fría 4 huevos.

6 Sirva una base de quinoa con pisto Hida y un huevo frito encima de cada plato.

i Con un bote de 340 g de Pisto Hida puedes cocinar 4 raciones.

Ingredientes

- 340 g de pisto Hida
- Aceite de oliva virgen extra Alcalá de Oliva
- 200 g de quinoa
- 4 huevos
- Sal
- Agua

Nuestras sugerencias



Hida - Pisto sofrito de verduras casero



Alcalá de Oliva - Aceite de oliva virgen extra

HUEVOS ESCALFADOS CON GUACAMOLE

(- 12’ | - 2)

Elaboración

1 Para la base, use el guacamole y pique trozos finos de aguacate.

2 **Para los huevos escalfados o poché:** envuelva el huevo sin cáscara en papel film, ciérrelo con un hilo hasta que quede con forma de saquito y sumérjalo en agua caliente en una olla con agua (90%) y vinagre (10%) durante 4 minutos.

3 Mientras se está cociendo el huevo ponga el pan a tostar, añada: la base con tomates picados, la loncha de pavo y para terminar el huevo poche.

4 Para decorar, puede usar hojas al gusto.

Ingredientes

› Guacamole Guacalicious
› Medio aguacate
› 2 huevos
› 2 lonchas de jamón de york
› 1 tomate
› Pan de Baguette

Nuestras sugerencias



Guacalicious -
Guacamole auténtico mexicano


2

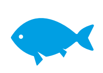

58

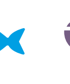

88


98

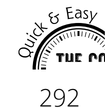

108


136


232


264




292



CARNE

TACOS AL PASTOR

(🕒 - 40′ + marinado | 👤 - 6)

Elaboración

1 Retire el rabito y las semillas de los chiles. Cocine los chiles y cebolla en agua hirviendo durante 5 minutos.

2 Retire del agua hirviendo y agregue los chiles a la licuadora junto con el vinagre, ajo, comino, orégano, clavos, jugo de piña, sal y pimienta.

3 Si lo prefiere picante, agregue chile chipotle adobado al gusto.

4 Tape la carne, cubra el recipiente y marine de 3 a 4 horas en el refrigerador.

5 Pasado el tiempo separe la carne del adobo y cocine en una sartén o parrilla hasta que esté bien cocido.

6 La carne quedará sabrosa, suave y jugosa. Sírvalo sobre las tortillas calientes y acompáñelos con su guarnición favorita.

Ingredientes

- 1 kg de cinta de lomo adobada Saboremsa
- Tortilla Mission Tortilla
- 4 chiles guajillo, sin semillas
- 2 chiles anchos, sin semillas
- 1 chile chipotle en adobo, opcional
- 1 trocito de cebolla
- $^{3}/_{4}$ taza jugo de piña
- 1 cucharada de vinagre de manzana
- 3 dientes de ajo
- 2 clavos de olor
- $^{1}/_{2}$ cucharadita de comino molido
- $^{1}/_{2}$ cucharadita de orégano molido
- Sal y pimienta, al gusto

Nuestras sugerencias



SABOREMSA - Cinta lomo adobada fileteada





Mission Tortilla - Tortilla

FRITADILLA DE CARNE CON PIMIENTOS Y TOMATE

(🕒 - 40′ | 👤 - 6)

Elaboración

1 Precaliente el horno a 180ºC. Una vez caliente, añada los pimientos con aceite de oliva.

2 Ase los pimientos y déjelos enfriar. Quite la piel, córtelos en tiras y reserve.

3 A continuación, sofría en aceite de oliva virgen extra la carne sazonada y cortada en taquitos.

4 Agregue un vaso de vino blanco o manzanilla y deje que se evapore por completo. Saque la carne y reserve.

5 En el mismo aceite, sofría la cebolla, cuando esté dorada, agregue el tomate sin piel, troceado y sin semillas y las guindillas. Deje freír. Cocine a fuego medio y añada los pimientos asados y la carne.

6 Añada la carne a la fritada y deje que se mezclen los sabores.

Receta cortesía de Tomazur

Ingredientes

- $^{1}/_{2}$ kg de tomate de rama Tomazur
- $^{1}/_{2}$ kg de lomo de cerdo Frimancha
- 4 pimientos, rojos, naranjas y amarillos
- $^{1}/_{2}$ cebolla
- Vino (blanco/manzanilla)
- Aceite de oliva virgen extra
- 2 guindillas

Nuestras sugerencias



Tomazur - Tomate de rama



Frimancha Industrias Cárnicas - Lomo de cerdo

VOLOVANES DE POLLO Y CHAMPIÑONES

(- 30′ | - 8)

Elaboración

1 Pique la cebolla finamente y el pollo en trozos pequeños.

2 Fría la cebolla en una sartén con un poco de aceite de oliva, cuando cambie de color, añada el ajo, y cuando esté cristalino, agregue los champiñones y déjelo cociendo durante unos minutos. Salpimiente.

3 Cueza el pollo durante 15 minutos. Saque, escurra y añádalo a la mezcla de champiñones.

4 Incorpore el vino blanco y deje que se evapore el alcohol del vino.

5 Agregue la nata, la sal, la pimienta y cueza a fuego lento durante 3 minutos.

6 Rellene los volovanes con el guiso de champiñones y pollo.

Ingredientes

- 400 g de pechuga de pollo amarillo Gran CUK
- 8 Volovanes
- 500 g de champiñones
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cebolla grande picada
- 2 diente de ajo picado
- 30 ml de vino blanco
- 250 ml de nata
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias





SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK

DADOS DE CARNE CON ARROZ BASMATI

(- 80’ | - 6)

Elaboración

1. Cueza el arroz basmati. Mientras, salpimiente la carne. Posteriormente, añada el aceite y la carne en una sartén caliente y dele vueltas hasta que se dore.
2. Añada la cebolla y el ajo picado y siga dando vueltas para que no se queme. Posteriormente, incorpore las zanahorias.
3. Una vez el ragout de añojo esté dorado, añada caldo y deje que se haga a fuego medio hasta que la carne esté hecha (fácilmente una hora).
4. Incorpore la salsa de tomate y deje cocinar un poco más.
5. Posteriormente, emplate sobre la cama de arroz basmati que había cocido previamente.

Ingredientes

- 800 g de ragout de añojo
- 300 g de zanahorias
- 2 cebollas
- 3 dientes de ajo
- $^1/_2$ kg de tomate frito
- Aceite
- Sal
- Pimienta
- 1L de caldo de carne
- Arroz basmati

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Ragout de añojo

ÑOQUIS CON CARNE ESTOFADA

(- 80′ | - 5)

Elaboración

1 Sofría la carne previamente enharinada y separe.

2 Corte la cebolla, el tomate en cubos, la zanahoria y el puerro en rodajas grandes.

3 Pele el ajo y saltéelo en aceite de oliva con todas las verduras.

4 Añada los cubos de carne enharinados, el extracto de tomate, el laurel, el romero, el tomillo y el caldo.

5 Cocínelos a fuego lento con la cacerola tapada durante 1 hora aproximandamente. Sobre el final de la cocción, salpimiente.

6 Cocine los ñoquis una vez hervidos (según instrucciones del proveedor), añada a la carne estofada y sírvalo.

Ingredientes

- 300 g de ragout de añojo
- 300 g de ñoquis
- 1 cebolla grande
- 1 tomate
- 1 zanahoria
- 1 puerros
- $^1/_2$ diente de ajo
- Pimienta negra en grano
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- Harina para rebozar
- 1 cucharada de extracto de tomate
- 1 hoja de laurel
- 1 rama de romero y tomillo
- 400 g de caldo de verdura
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Ragout de añojo

MEDALLÓN DE SOLOMILLO CON SALSA TÁRTARA Y ENSALADA DE FRUTOS ROJOS
(🕒 - 40′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Selle el solomillo de añojo salpimentado en la sartén con un poco de aceite caliente pasándolo un poco por cada lado.

2 **Para la salsa:** ponga en un cazo los frutos rojos, el zumo, el azúcar y la crema balsámica. Deje a fuego suave hasta que se disuelva el azúcar y se junten los sabores. Añada, si es necesario, un poco de sal.

3 Para espesar la salsa, eche en un vaso una cucharada de maizena y disuelva en un poquito de agua fría. Agregue al cazo, remueva hasta que la mezcla espese y retire del fuego. Mezcle con una batidora.

4 Una vez esté hecha la salsa, añada el solomillo y deje que se haga en la salsa durante 10 minutos o hasta que vea que la carne esté en su punto.

88855770

Ingredientes

- 1 kg de solomillo de añojo
- 160 g de frutos rojos variados
- 65 g de azúcar
- 1 cucharada y media de crema balsámica de Módena
- 400 g de zumo de naranja
- 1 cucharada de Maizena
- Sal
- Pimienta
- Aceite de oliva

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Solomillo de añojo

POLLO GARAM MASALA

(- 20′ + macerado | - 4)

Elaboración

1 Prepare el adobo donde macerará el pollo durante 12 horas. Pera ello, pele y ralle el jengibre y el ajo y mézclelo. Añada ahora el curry y los dos yogures.

2 Corte el pollo en taquitos y añádalos a la fuente anterior. Salpimiente y remueva bien. Tape y deje macerar en la nevera.

3 Precaliente el horno e introduzca el pollo con la salsa a 180-200 ºC durante 10 minutos por lado.

4 **Para preparar la salsa:** Pique y dore la cebolla con un poco de aceite. Cuando esté dorada, añada el garam masala, el cilantro y el jengibre molido. Remueva y cocine durante dos minutos. Después de eso, añada el tomate Hida, el caldo de pollo, la miel y déjelo cocinar unos 10-15 minutos para que se integren todos los sabores. Pasado este tiempo, añada la nata, el zumo de limón, la pimienta y un poco de sal al gusto.

5 Añada los trocitos de pollo asados y deje cocinar durante 5 minutos. Sírvalo con arroz blanco.

Ingredientes

› 2 pechugas de pollo Sada
› 2 yogures naturales
› $^1/_2$ cucharada de curry
› 1 trozo de jengibre fresco rallado
› 1 diente de ajo

Para la salsa
› 400 g de tomate frito Hida
› 1 cebolla
› 1 cucharadada de especias Garam Masala
› 200 ml de caldo de pollo
› 1 cucharada de miel
› 200 ml de nata
› $^1/_4$ cucharada de cilantro
› $^1/_4$ jengibre en polvo
› 1 cucharada de zumo de limón

Nuestras sugerencias

hida



Hida - Tomate Frito estilo Casero

GRUPO SADA



SADA - Pechuga de pollo entera

TORTITAS DE POLLO EN SALSA VERDE

(- 20′ | - 4)

Receta cortesía de La Costeña

Elaboración

1 Hierva el pollo y desmenúcelo.

2 Bata el huevo y mezcle con el pollo, después incorpore la harina y mezcle.

3 Tome 12 tortitas y fríalas en aceite caliente hasta dorarlas por ambos lados. Caliente la salsa verde y añada sobre las tortitas de pollo cocido y desmenuzado.

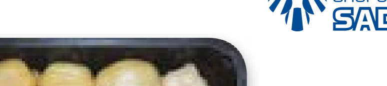
4 Sírvalas acompañadas del medio calabacín con tomate y cebolla rehogados.

Ingredientes

- 1 taza de salsa verde La Costeña
- 600 g de pechuga pollo amarillo Gran CUK
- 2 piezas de huevo
- 320 g de pollo
- 3 cucharas de harina
- 1/2 taza de aceite
- Sal
- Pimienta al gusto
- 1 tomate
- 1 cebolla
- 1/2 calabacín

Nuestras sugerencias








La Costeña - Salsa la Costeña

SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK



TACOS GOBERNADOR

(- 20′ | - 4)

Receta cortesía de La Costeña

Elaboración

1 Fría el apio, media taza de cebolla y el diente de ajo.

2 Añada el pimiento rojo y las gambas en una sartén con mantequilla. Cueza al menos durante 5 minutos. Agregue cilantro y sazone con sal y pimienta al gusto.

3 Una vez hecho el relleno de los tacos, sírvalos calientes con queso y agregue la salsa al gusto.

Ingredientes

- $^{1}/_{2}$ salsa taquera La Costeña
- 8 tortillas de harina de La Reina de las Tortillas
- $^{1}/_{2}$ Taza cebolla blanca picada
- 1 rama apio picado
- 1 diente de ajo
- 2 cucharadas de mantequilla
- 1 pieza pimiento rojo
- 2 Tazas de gambas estilo mediano, peladas y sin cabeza
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 100 g de queso poco curado
- Sal
- Pimienta al gusto

Nuestras sugerencias





La Costeña - Salsa la Costeña



La Reina de las Tortillas - Tortillas de maíz



MEDALLONES DE AÑOJO CON SALTEADO DE ALCACHOFAS Y VERDURAS

(🕒 - 20′ | 👤 - 2)

Receta cortesía de Cynara

Elaboración

1 Pase los medallones por una sartén caliente con aceite de oliva. Cocine durante 2 minutos por cada uno de los lados para que quede dorado.

2 Cueza al vapor las judías verdes, la coliflor, el hinojo, y boniato.

3 En la sartén de la babilla de añojo, añada la cebolla y los corazones de alcachofa. Saltee hasta que se doren con un poco de pimienta durante 2 minutos. Aparte la carne.

4 En la sartén de las alcachofas y cebolla, añada las verduras cocidas y añada un poco más de aceite para que no se tuesten demasiado. Para terminar, añada las especias y emplate.

Ingredientes

- 400 g de medallón de babilla de añojo
- 8 corazones de alcachofa Cynara
- 1 boniato mediano
- 1 bulbo de hinojo
- $^{1}/_{4}$ pieza de coliflor
- 150 g de judías tiernas
- 1 cebolla
- 2 cucharillas de preparado de especias para chimichurri (orégano, comino y ajo)
- 100 ml de aceite de oliva virgen extra
- Pimienta

Nuestras sugerencias





Cynara - Alcachofas



El Encinar de la Humienta - Medallón de babilla de añojo

CALABACINES RELLENOS

(🕒 - 40′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Lave los calabacines y córtelos a la mitad. En una cacerola ponga a hervir el agua a fuego fuerte. Añada un poco de sal y cocine durante 5 minutos. Una vez cocidos, remueva la pulpa con una cuchara.

2 Triture el pimiento, la zanahoria, la cebolla y el ajo. Póngalas con un poco de aceite a la sartén. Añada la carne picada, agregue sal y pimienta y remueva.

3 Rellene los calabacines con la mezcla de la carne y las verduras. Añada la bechamel (opcional) encima y el queso parmigiano.

4 Caliente el horno a 180 ºC e introduzca la carne con verduras. Espolvoree el queso hasta cubrir la superficie y hornee hasta que se dore.

Ingredientes

- 1/2 kg Carne picada ecológica EP
- 100 g de queso parmigiano reggiano KS
- 4 calabacines medianos
- 2 cebollas
- 1 diente de ajo
- 6 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
- 2 tomates grandes
- 1 pimiento rojo
- 1 zanahoria grande
- 300 ml de bechamel (opcional)
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias



Ecológica de los Pirineos -
Carne picada ecológica





KIRKLAND™ Signature -
Parmigiano Reggiano rallado

PULLED PORK ESTILO AMERICANO CON SALSA BARBACOA

(- 20' | - 4)

Elaboración

1 Retire la carne de su envase y disponga con su propio jugo en un recipiente apto para el horno. Introduzca la carne rociándola con la salsa barbacoa y caliente a 180 ºC durante unos 15 minutos.

2 Corte la cebolla en rodajas y separe los aros, métalos en agua con hielo y déjelos durante 10 minutos. Saque del agua y seque en un paño. Páselos por harina cubriéndolos bien y fríalos en abundante aceite caliente, dejando que se doren bien y queden crujientes. Escúrralos.

3 Retire la carne del horno con la ayuda de dos tenedores, deshilache la carne en trozos al gusto a la vez que la mezcla bien con la salsa barbacoa, que la debe cubrir entera.

4 Abra el pan a la mitad, rellene con la carne, ponga encima algunos aros de cebolla frita, cubra con una loncha de queso Cheddar y tape el bocadillo.

Receta cortesía de Yatecomeré

Ingredientes

- 1 paquete de American style pork Yatecomere
- 4 bollos tipo hamburguesa
- Queso Cheddar maduro en lonchas
- 1 cebolla grande
- Harina de trigo
- Aceite de oliva para freír
- Salsa barbacoa

Nuestras sugerencias





Yatecomeré - Pulled Pork




CORREGIDO

PICAÑA AL HORNO CON CHIMICHURRI

(- 60′ | - 4)

Elaboración

1. Dore la carne hasta que adquiera un color dorado y consiga la caramelización del exterior de las piezas.

2. Introduzca la carne al horno con unas hierbas aromáticas al gusto y un chorreón de aceite de oliva y hornee durante 40 minutos, dando la vuelta a las piezas a los 20 minutos. Lo idóneo es que lo haga a 160 ºC con calor arriba y abajo.

3. Una vez listo, ponga la tapa a la fuente de horno y deje que la carne repose 10 minutos antes de cortarla para que quede jugosa.

4. **Para elaborar el chimichurri:** agregue en un bol el aceite de oliva virgen, vinagre de vino tinto perejil fresco, ajo rojo molido, pimentón dulce, orégano, pimienta negra molida, dientes de ajo, jugo de limón y sal.

Ingredientes

- 1 kg de picaña de añojo
- Hierbas aromáticas al gusto
- **Para el chimichurri**
- $^{1}/_{2}$ vaso de aceite de oliva virgen
- $^{1}/_{2}$ vaso de vinagre de vino tinto
- 1 cucharada de perejil picado
- 1 cucharadita de comino
- 1 cucharadita de tomillo
- 1 cucharada de pimentón dulce
- 2 cucharadas de orégano
- 4 dientes de ajo
- 1 cucharada de guindilla cayena
- Sal

Nuestras sugerencias



El Encinar de la Humienta - Picaña

ESTOFADO DE AÑOJO

(⏲ - 80′ | 👤 - 6)

Elaboración

1 Salpimiente la carne. Pele las zanahorias, la cebolla y los dientes de ajo y trocéelos.

2 Enharine la carne y ponga una olla grande al fuego con aceite de oliva extra.

3 Una vez el aceite esté caliente, añada la carne en tandas. Cuando la primera tanda esté dorada y sellada, retire.

4 Añada el ajo y después la cebolla. Cuando la cebolla esté pochada, añada las zanahorias troceadas.

5 Incorpore el romero, el tomillo, la salsa de tomate, suba el fuego y el vino tinto.

6 Cocine durante 1 minuto e incorpore el laurel y un poco de agua hasta que la carne quede cubierta. Posteriormente tape durante 45-60 minutos.

Ingredientes

- 1 kg de carne de ragout de añojo
- $^{1}/_{2}$ kg de zanahorias
- 4 cebollas
- 200 g de salsa de tomate
- 500 ml de vino tinto
- Agua
- Romero y tomillo
- 4 dientes de ajo
- 2 hojas de laurel

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Ragout de añojo

POLLO A LA NARANJA

(🕒 - 60’ | 👤 - 4)

Elaboración

1 Trocee el pollo. Agregue salsa de soja, vino de arroz chino o Jerez seco, el huevo e incorpórelo todo.

2 Tápelo con un film y déjelo macerar en la nevera durante 30 minutos. Entretanto, exprima las naranjas.

3 Saque el pollo y rebócelo en maicena. Fría el pollo en abundante aceite vegetal. Cuando esté bien dorado, sáquelo y reserve.

4 **Para preparar la salsa**: añada aceite vegetal en una sartén con los ajos fritos, cuando empiece a oler, añada el jugo de las naranjas, la salsa de soja, azúcar, remuévalo y déjelo reducir. Añada la ralladura de piel de naranja.

5 Ponga un poco de maicena diluida en agua, remueva y cuando haya espesado, añada el pollo.

6 Mézclelo bien y ya está listo para servir. Para decorar, use cebolleta y semillas de sésamo tostado.

Ingredientes

Para macerar y rebozar
› 500 g de pollo entero amarillo Gran CUK
› 1 huevo
› 1 cucharada de salsa de soja ligera
› Un chorrito de vino de arroz o Jerez seco
› 120 g de maicena

Para decorar
› Semillas de sésamo
› Cebolleta

Para la salsa
› 400 ml de jugo de naranja Sunkist
› 2 dientes de ajo
› 3 cucharadas de salsa de soja
› Ralladura de media naranja
› Un poco de maicena disuelta en 2 cucharadas de agua
› Aceite vegetal
› Azúcar al gusto

Nuestras sugerencias



Sunkist - Naranja de mesa






SADA - Pollo entero amarillo Gran CUK

TACOS DE POLLO

(🕒 - 20′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 **Para la salsa:** mezcle la nata con el zumo de lima y la sal y, mientras remueve, añada el perejil picado. Deje reposar mientras hace el resto de preparaciones.

2 Cocine la masa de tortillas por ambos lados a la plancha a fuego medio - alto hasta que estén cocidas.

3 Para preparar el relleno, ponga a calentar aceite en una sartén y sofría la cebolla y pimiento rojo picado.

4 Cuando vea que las verduras empiezan a estar tiernas, apártelas y añada el pollo cortado en tiras, dore ligeramente. Añada la sal, el comino y la cayena molida, remueva bien y añada el pimiento rojo asado en tiras.

5 Mezcle y por último añada el queso rallado y deje cocinar hasta que se funda.

Ingredientes

Para la salsa de nata agria
› 100 ml de nata para montar
› 2 cucharadas de zumo de lima
› 2 cucharadas de perejil fresco picado
› Sal al gusto

Para los tacos
› 6 tortillas Mission

Para el relleno
› 200 g de pechuga de pollo Sada
› 2 cucharadas de aceite de oliva virgen extra
› 1 cebolla picada
› 1 pimiento rojo asado
› 1 pimiento rojo picado
› 1 cucharadita de comino molido
› 1 cucharadita de cayena en polvo
› Sal al gusto
› 75 g de queso rallado tipo mozzarella

Nuestras sugerencias





Mission Tortilla - Tortilla



SADA - Pechuga de pollo entera

LOMO DE CERDO ASADO

(- 70' | - 4)

Ingredientes

- 800 g de lomo de cerdo Frimancha
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- Sal al gusto
- Pimienta negra molida
- 1 cebolla
- 3 dientes de ajo
- Laurel
- 100 ml de vino blanco
- Orégano al gusto
- 1 zanahoria
- 1 cebolla
- 10 coles de bruselas
- 1 rama de romero
- 2 dientes de ajo
- 2 onzas de vino blanco seco
- 12 cucharadas de aceite de oliva
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias



Frimancha Industrias Cárnicas -
Lomo de cerdo

Elaboración

1 Ponga el aceite de oliva en una sartén grande a fuego alto. Embadurne la carne con sal y pimienta por toda la pieza y, cuando el aceite esté caliente, ponga la carne para que se selle por fuera. Debe quedar bien dorada y con costra. Precaliente el horno a 200ºC.

2 Cuando la carne esté sellada, póngala al horno con los jugos de la sartén.

3 Pele la cebolla, trocéela y espárzala alrededor de la carne. Machaque los ajos y añádalos también. Corte las hojas de laurel en dos para que desprenda más aroma y añádalas sobre las cebollas y ajos.

4 Bañe con el vino y esparza el orégano al gusto. Ponga un poco de sal sobre las verduras y hornee.

5 La carne tardará aproximadamente una hora en hacerse. Cuando hayan transcurrido los primeros 30 minutos, dé una vuelta y déjela 30 minutos más. Cuando esté hecha, retire y corte.

6 Prepare los ingredientes y caliente el horno a 180 ºC.

7 Unte aceite en una placa de horno y reparta el ajo, agregue la zanahoria, la cebolla y las coles de bruselas con aceite. Y también la copa de vino y el romero.

8 Deje hornear 20 minutos y rectifique de sal y pimienta.

ROTI DE AÑOJO A LAS FINAS HIERBAS

(- 30' | - 4)

Elaboración

1 Sofría el ajo y la cebolla cortada en cuadraditos en aceite de oliva y cuando la cebolla esté cristalina, añada el redondo.

2 Cuando el redondo de añojo esté casi cocinado, espolvoree ligeramente por encima con harina y sal y rehogue todo el conjunto.

3 Añada el vino y las hierbas al gusto.

4 Agregue un poco de agua para aligerar si fuese necesario, dé un hervor y sirva poniendo las especias por encima.

Ingredientes

- 500 g de redondo de añojo
- 2 cebollas
- 2 dientes de ajo
- Laurel en polvo
- Tomillo
- Estragón
- Romero al gusto
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de harina
- 100 ml de vino blanco
- Sal
- Pimienta al gusto
- Una rama de perejil picado

Nuestras sugerencias





El Encinar de Humienta - Redondo de añojo

SOLOMILLO AÑOJO WELLINGTON

(- 45' | - 4)

Elaboración

1 Pique los champiñones y la cebolla, caliente en una sartén (sin aceite) y póchelos hasta que se elimine la humedad. Estire la mezcla sobre una fuente y reserve.

2 Caliente un poco de aceite en una sartén, sazone y marque la carne por todos lados (30 segundos). Retire y unte la mostaza por toda la carne.

3 Sobre una superficie, extienda papel film y ponga en fila las lonchas de prosciutto y extienda la pasta de champiñones.

4 Coloque el solomillo en el centro y espolvoree por completo con el papel film de forma que el solomillo quede envuelto y por fuera sólo se vea el jamón. Amarre los extremos para que no se suelte y métalo en el frigorífico durante unos 15 minutos.

5 Espolvoree la harina por la superficie de trabajo y encima ponga la masa de hojaldre estirada y el solomillo.

6 Ponga el rollo de carne en una fuente y pincele el hojaldre con las yemas de huevo batidos. Pliegue los extremos, cortando cualquier trozo que sobre.

7 Meta el solomillo en el horno caliente a 200 °C durante 20 minutos. Unte más yema si fuera necesario y baje la temperatura a 180 °C para que se siga haciendo otros 15 minutos más.

Ingredientes

- 750 g de solomillo de añojo
- 1 cebolla
- 400 g de champiñones
- Sal
- Pimienta
- Aceite de oliva
- 2 cucharadas de mostaza
- 6-8 lonchas de prosciutto
- 500 g de masa de hojaldre
- Harina
- 2 yemas de huevo batidas

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Solomillo añojo

LOMO ALTO CON SALSA BBQ Y HIERBAS

(- 20′ | - 4)

Elaboración

1 **Para la salsa barbacoa:** Mezcle en un cuenco los ingredientes de la salsa hasta obtener una salsa homogénea y reserve.

2 Abra el lomo, aplástelo para dar forma y saque cuatro piezas de lomo, añada un poco de sal, pimienta negra molida, nuez moscada y ajo en polvo. Aplaste bien para que los condimentos se fijen bien en la carne.

3 Ponga en la sartén al fuego un par de cucharadas de aceite de oliva y cuando esté caliente, selle los cuatro filetes de lomo hasta que queden dorados por fuera.

4 Precaliente el grill del horno y coloque los filetes de lomo dorados sobre una cama de salsa BBQ. Bañe bien la carne de salsa hasta que quede completamente cubierta e introdúzcala al horno.

5 Hornee bajo el grill los filetes de lomo con la salsa durante cuatro minutos. Posteriormente corte los lomos en rodajas y emplate con unos toques de salsa BBQ y un toque de finas hierbas por encima para decorar.

Ingredientes

› 1 kg de lomo alto de añojo
› Pimienta negra molida
› Nuez moscada
› Ajo en polvo
› Aceite de oliva
› Pimienta negra molida
› Finas hierbas
› Sal
› 2 cucharadas de miel

Para la salsa BBQ
› 4 cucharadas de ketchup Heinz
› 2 cucharadas de jugo de carne concentrado
› 2 cucharadas de salsa de soja
› 2 cucharadas de salsa worcester
› 1 cucharadita de tabasco

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Lomo alto de añojo



Heinz - Ketchup

PECHUGA DE POLLO TERIYAKI

(- 20' | - 2)

Elaboración

1 En una sartén, ponga a dorar las piezas con aceite y una cucharadita de mantequilla. Mientras se hace el pollo, mezcle todos los demás ingredientes: soja, vinagre balsámico, azúcar, miel y zumo de naranja en un cuenco hasta que se disuelva con un poco el azúcar.

2 Con el pollo ya listo, agregue la mezcla, mantega el fuego bajo y mueva con ayuda de una cuchara de palo, hasta que vaya cogiendo el sabor de la mezcla. Cuando el pollo haya cogido un tono marrón habrá terminado de cocinarse.

3 Antes de servir, añada sésamo por encima.

Ingredientes

- 2 pechugas de pollo amarillo Gran CUK
- 1 cuchara de mantequilla
- 2 cucharadas de miel
- Sésamo

Para la salsa

- 3 cucharadas de salsa de soja
- 3 cucharadas de vinagre basámico
- 4 cucharadas de zumo de naranja
- 1 cucharada de azúcar moreno

Nuestras sugerencias





SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK

TAGLIATA DE LOMO ALTO DE AÑOJO

(- 15’ | - 3)

Elaboración

1 Unte la carne con aceite, añádala a una plancha bien caliente, déjela a fuego medio - alto unos 4 minutos por cada lado, comprobando la cocción hasta que esté a su gusto. Importante que esté poco hecha por el centro.

2 Añada la sal gorda al final de la cocción. Mientras tanto emulsione en un cuenco tres partes de aceite por una de vinagre y un pellizco de sal.

3 En una tabla, corte la carne en lonchas de aproximadamente 2,5 centímetros de grosor sin dejar que pierda la forma de chuletón o de lomo y emplate.

4 Añada el queso, un hilo de aceite de oliva y un poco de pimienta.

Ingredientes

- 750 g de Lomo alto de añojo
- Sal gorda
- Vinagre de Módena
- Aceite de oliva virgen extra
- Sal y pimienta
- Queso parmesano en polvo

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Lomo alto de añojo

RABO DE VACA ESTOFADO CON RÚCULA

(- 150’ | - 3)

Elaboración

1 Salpimiente el rabo de vaca, enharínelo y dórelo en una cacerola con un chorreón de aceite de oliva virgen extra. Cuando esté sellado, apártelo y resérvelo.

2 Reutilice el aceite anterior y sofría la cebolla, los dientes de ajo, el puerro, el pimiento rojo y las zanahorias; todo cortado. Agregue un par de clavos o las hojas de laurel y déjelo rehogar hasta que la verdura se haya ablandado un poco.

3 Devuelva el rabo de vaca a la cacerola y eche el vino. Deje hervir a fuego fuerte para que evapore el alcohol. Cubra entonces el rabo de vaca con agua, sal y déjelo cocer primero a fuego fuerte, desespumando.

4 Baje el fuego y deje cocinar entre 2 y 3 horas hasta que la carne esté tierna y se separe del hueso. Aparte la carne tierna con cuidado y pase las verduras por el pasapurés.

5 Vuelva a poner la carne al fuego con la salsa colada y déjela hervir. Emplate con rúcula.

Ingredientes

› 1 $^{1}/_{2}$ kg de rabo de vaca Vacum
› 1 cebolla
› 3 dientes de ajo
› 1 blanco de puerro
› 1 pimiento rojo
› 4 zanahorias
› Clavos o laurel
› $^{1}/_{2}$ tazas de harina
› 3 vasos de vino tinto
› Aceite de oliva virgen extra
› Sal
› Pimienta
› Rúcula

Nuestras sugerencias



Vacum - Rabo de vaca

LOMO DE AÑOJO CON SALTEADO DE ALCACHOFAS Y TOMATES SECOS

(- 40′ | - 4)

Elaboración

1 **Para la guarnición:** lave las alcachofas, quite las hojas de la parte externa y córtelas por la mitad. Rocíelas con unas gotas de limón para que no se oscurezcan.

2 Póngalas en una bandeja de horno con aceite y sal. Ase durante unos 30 minutos a 180ºC.

3 Cuando las alcachofas estén listas, rocíelas con aceite de oliva, pimienta negra y orégano.

4 Saltee la carne que ha salpimentado a fuego alto. Calcule un minuto y medio por cada lado y sirva con las alcachofas y el tomate seco.

Ingredientes

- 1 pieza de lomo bajo de añojo
- 5 alcachofas
- 1 puñado de tomates secos hidratados en aceite
- Pimienta negra
- Orégano
- Sal
- Tomate seco

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Lomo bajo de añojo

WRAP DE CARNE CON PIMIENTOS Y MAÍZ

(- 25’ | - 2)

Elaboración

1 Corte la carne en tiras finas. Pique la cebolla y el diente de ajo.

2 Caliente un poco de aceite de oliva en una sartén y eche la carne. Salpimente ligeramente y cocine a fuego fuerte un minuto, hasta que tenga buen color. Retire y deje enfriar la carne.

3 Corte el pimiento en cuadraditos finos.

4 **Para la salsa:** Mezcle todos los ingredientes y listo.

5 Monte su taco envolviendo en el wrap una hoja de lechuga, añada la carne, el pimiento, el maíz y la salsa al gusto.

Ingredientes

- 1 kg de carne de babilla de añojo
- $^1/_2$ pimiento rojo
- $^1/_2$ pimiento naranja
- Aceite de oliva virgen extra
- Hojas de lechuga
- 140 g de maíz dulce
- 1 diente de ajo
- Tortillas

Para la salsa de yogurt

- 1 vaso de yogurt
- 1 vaso de mayonesa
- 1 diente de ajo
- 1 pizca de curry
- 1 pizca de comino molido
- $^1/_2$ cucharadita de sal
- $^1/_2$ cucharida de azúcar
- 1 cucharadita de perejil bien picado

Nuestras sugerencias



El Encinar de la Humienta - Medallón de babilla de añojo

SECRETO IBERICO CON ARROZ BLANCO

(🕒 - 30′ | 👤 - 4)

Elaboración

1 **Para la carne:** corte la cebolla en aros y póngala en una sartén con aceite a pochar hasta que adquiera un suave tono dorado. Salpimiente.

2 Corte los tomates longitudinalmente en láminas de medio centímetro, añada la albahaca y el orégano.

3 Salpimiente el secreto y en la parrilla, haga al gusto.

4 Emplate removiendo todo, acompáñelo de arroz blanco meloso y por encima perejil.

5 **Para el arroz blanco:** limpie el arroz hasta quitarle el almidón. Pónga una olla al fuego con el fondo cubierto de aceite de oliva y un poco de ajo para aromatizar.

6 Remueva con una cuchara de madera y déjelo cocer a fuego medio durante 15 minutos.

7 Pasados los 15 minutos, el arroz habrá absorbido la mayor parte del agua, baje el fuego y cocine 5 minutos más con la olla tapada.

Ingredientes

- 2 piezas de secreto ibérico D'Aracena
- 2 kg de tomates pera
- 1 cebolla
- Albahaca
- Orégano

Para el arroz

- 1 vaso de arroz SOS
- 2 vasos de agua
- 2 dientes de ajo
- Aceite de oliva
- Sal

Nuestras sugerencias



D'Aracena - Secreto ibérico



Arroz SOS - Arroz blanco

ALITAS PARTIDAS (BUFFALO WINGS)

(🕒 - 50′ | 👤 - 5)

Elaboración

1 Caliente el horno a 180ºC. Cubra una bandeja con papel de aluminio, coloque las alitas sin superponer o encimar, salpimiente y caliente al horno a 200 ºC entre 35 a 40 minutos.

2 **Para la salsa:** mezcle en una olla mantequilla con salsa picante a las cuales añadirá salsa inglesa, vinagre y chile en polvo. Remueva bien hasta obtener una salsa no muy espesa. Retire del fuego y reserve.

3 Pasados los 35 minutos, retire la alitas del horno y colóquelas en un recipiente hondo en el cuál debe añadir la salsa. Revuelva bien para que cada pieza de pollo esté perfectamente recubierta con salsa.

4 Ponga un nuevo papel de aluminio en la bandeja y coloque las alitas bañadas en salsa. Vuelva a hornearlas al menos 10 minutos. Obtendrá así las alitas perfectamente doradas recubiertas con la salsa ligeramente endurecida que le dará su sabor.

Ingredientes

- 20 alitas de pollo Sada
- $^{1}/_{2}$ taza de salca picante Valentina
- 1 cucharada de vinagre blanco
- Una cucharada de salsa inglesa
- 50 g de mantequilla
- 1 cucharadita de chile en polvo
- Sal y pimienta negra

Nuestras sugerencias



SADA - Alitas de pollo partidas

JAMONCITOS DE POLLO CRUNCHY

(- 60′ | - 3)

Elaboración

1 **Para el marinado:** Ponga en un cuenco la harina junto con el resto de especias para el marinado (el pimentón dulce y picante, el tomillo, el romero, el ajo y la cebolla en polvo, la sal y la pimienta). Remueva todo bien y añada agua. Remueva hasta conseguir una mezcla homogénea.

2 Empape los jamoncitos de pollo en la mezcla y deje reposar media hora. El tiempo de marinado es importante para que la carne tome sabor. No lo deje menos tiempo, incluso si lo deja de un día para otro no hay ningún problema.

3 **Para el rebozado:** ponga la harina en un recipiente amplio y mezcle con el resto de especias para el rebozado. En otro recipiente, bata el huevo y en un tercer bol ponga los cereales ligeramente triturados.

4 Coja los jamoncitos del bol, páselos por huevo, después por la harina y finalmente por los cereales.

5 **Para hacer la fritura:** échelos en la sartén a freír y colóquelos sobre papel absorbente para eliminar el exceso de aceite.

Ingredientes

Para el marinado
- 500 g de jamoncitos de pollo Sada
- 200 g de harina
- 2 cucharadas de pimentón dulce
- 1 cucharada de pimentón picante
- 2 cucharaditas de ajo en polvo
- 2 cucharaditas de cebolla en polvo
- 1 cucharadita de curry
- $^1/_2$ cucharadita de tomillo / romero
- 150 ml de agua muy fría
- Sal y pimienta

Para el rebozado
- 100 g de harina
- 1 cucharadita de pimentón y pimentón picante
- Sal
- Pimienta
- Tomillo media cucharadita
- Romero media cucharadita
- Ajo en polvo / Cebolla en polvo
- Huevo
- Cereales de maíz (Corn Flakes)
- Aceite para freír

Nuestras sugerencias





SADA - Jamoncitos de pollo

BOCADILLO DE ALBÓNDIGAS CON TOMATE Y QUESO CURADO

(- 40' | - 4)

Elaboración

1 Dore las albóndigas por todas sus caras, a fuego alto.

2 Una vez estén doradas, baje el fuego y añada la cebolla y el ajo picado. Tape y cocine 5 minutos más removiendo de vez en cuando.

3 Una vez que la cebolla esté cristalina, agregue el tomate rallado, la hoja de laurel y sal al gusto. Cocine durante 15 minutos. Corte los panes y caliéntelos al horno.

4 Prepare las albóndigas sobre una de las caras del pan, una cucharada abundante de salsa y queso en lonchas fundido.

Ingredientes

- Albondigas mixtas Saboremsa
- 1 taza de tomate rallado bio Campo Rico
- 1 hoja de laurel
- 200 g de queso en lonchas
- Aceite de oliva
- 4 baguettes
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- Sal

Nuestras sugerencias





SABOREMSA - Albóndigas mixtas





Huerta Camporico, S.L - Tomate rallado bio

ESTOFADO DE CARNE Y SETAS PICANTES

(- 120’ | - 5)

Elaboración

1 Marine la carne con el vino, el orégano y un poco de sal la noche anterior y reserve en la nevera.

2 Pique la cebolla. Escurra la carne y séquela un poco con papel de cocina.

3 Pase la carne por la harina y dórela a fuego medio en tandas. En la misma olla, rehogue la cebolla 25 minutos a fuego suave.
Pique fino uno de los dientes de ajo y añada. Rehogue 5-10 minutos más, hasta que la cebolla esté muy blanda.

4 Mezcle el vino con orégano y el caldo, sume la carne y cueza tapando a fuego muy lento de una hora a hora y media, hasta que la carne esté tierna. Vigile que no se espese: si eso ocurre, añada más caldo o agua.

5 Pique muy fino otro diente de ajo. Lave, pique en grueso y unte las setas con un poco de aceite. Saltéelas en una sartén a fuego medio fuerte. Cuando empiecen a dorarse, añada el ajo picado y el tomillo. Saltee uno o dos minutos e incorpórelo todo al estofado.

6 Cueza suave y destapado 5-10 minutos más. Si la salsa está muy líquida, saque la carne y las setas con una espumadera, redúzcalas a fuego vivo hasta que alcance cuerpo pero no esté demasiado espesa, y vuelva a juntarlo todo.

7 Termine con el perejil y el chocolate, y remueva con suavidad hasta que se disuelva. Corrija de sal, tape y deje que repose como mínimo una hora.

Ingredientes

› 1 kg de ragout de añojo
› 200 g de níscalos
› 200 g de rebozuelos
› 500 ml de vino tinto decente
› 250 ml de caldo de verduras
› 2 cebollas medianas
› 2 dientes de ajo
› 1 cucharadilla de tomillo seco
› 1 cucharadita de orégano
› 1 cucharadita de chocolate negro picado
› 1 cucharada de perejil picado
› Harina
› Aceite de oliva
› Sal

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta - Ragout de añojo

SANDWICH DE BABILLA DE AÑOJO CON QUESO Y MOSTAZA

(- 10' | - 1)

Elaboración

1 Prepare la plancha muy caliente y ponga a calentar el filete durante 20 segundos.

2 Reparta la mostaza en una de las rebanadas de pan. Disponga encima el queso y mostaza.

3 Unte el pan en mantequilla y dore en la plancha a fuego medio.

Ingredientes

- 200 g de filete de babilla de añojo
- Lonchas de queso semi curado Albéniz
- 2 rebanadas de pan
- 1 cuchara de aceite de oliva
- Mostaza

Nuestras sugerencias



EL Encinar de Humienta - Filete de babilla de añojo



Albéniz - Queso en lonchas semi curado

HAMBURGUESA CON QUESO GOUDA

(🕒 - 15' | 👤 - 1)

Elaboración

1 Cocine un huevo a la plancha. Para ello, emplee una sartén antiadherente. Añada unas gotas de aceite, añada el huevo y ponga la tapadera. Deje cocinar hasta que la clara esté totalmente cuajada y la yema algo líquida.

2 Cocine la hamburguesa por ambas caras hasta que quede bien dorada por fuera y jugosa por dentro.

3 Haga el bacon en la sartén, sin aceite y a media potencia volteándola hasta que quede dorada.

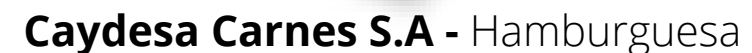
4 Acompáñela de queso Old Amsterdam, una rodaja de tomate, bacon, lechuga y pepinillos en tiras, cebolla caramelizada y salsa rosa.

Ingredientes

- 1 hamburguesa Caydesa
- Queso Old Amsterdam al gusto
- 1 huevo
- 1/2 tomate
- Lechuga
- 2 tiras de bacon
- Pepinillos al gusto
- Cebolla caramelizada
- Salsa rosa

Nuestras sugerencias





Caydesa Carnes S.A - Hamburguesa





Westland Kaasspacieleiten - Queso Old Amsterdam

ROASTBEEF DE AÑOJO CON CHAMPIÑONES

(- 60′ | - 8)

Elaboración

1 Prepare el horno a la máxima temperatura durante 15 minutos antes de meter la carne. Ate el lomo para que tenga buena forma. Colóquelo en una fuente al horno, encima de las rodajas de cebolla y con las cucharadas de aceite. Introdúzcalo en el horno durante al menos 45 minutos.

2 Cuando vaya a sacar la carne, caliente una olla y en ella ponga el lomo para que suelte su jugo, con una cucharada de mantequilla por encima, espolvoreando con pimienta negra molida y tapado. Debe permanecer en la cacerola 20 minutos, manteniendo éste caliente.

3 Pasado este tiempo, sáquelo de la olla, quite las cuerdas y corte en rodajas.

4 Eche el caldo o agua y jerez en la fuente, raspando con una cuchara de palo para diluir el jugo de cocción. Deje cocer, cuele y añada al que haya soltado la carne en la olla. Caliente y sirva.

5 **Para los champiñones:** corte la parte dura del pie de los champiñones, lávelos bien, deje que escurran y sálelos.

6 Caliente el aceite, fría los ajos troceados, retírelos cuando estén dorados, eche los champiñones y el zumo de limón, remueva.

7 Añada el vino blanco y deje que se hagan unos 15 minutos. Sírvalos calientes como guarnición y espolvoree con perejil.

Ingredientes

- 1 - 1 $^{1}/_{2}$ kg de lomo de añojo
- 2 ó 3 rodajas de cebolla grandes
- 2 cucharadas de aceite
- 1 bolita de mantequilla
- 1 cacillo de caldo o agua
- 2 cucharadas de jerez seco
- Sal
- Pimienta negra molida

Para los champiñones

- 500 g de champiñón
- Zumo de un limón
- 2 dientes de ajo
- 2 cucharadas de aceite frito
- Perejil picado
- Sal

Nuestras sugerencias



El Encinar de Humienta -
Lomo alto con hueso

TACOS COREANOS DE CARNE CON CILANTRO Y QUESO

(- 20’ | - 4)

Elaboración

1 Unte la pieza de carne con mostaza antigua y sal. En una sartén ponga a calentar aceite de oliva y selle la carne por todos los lados.

2 Caliente la carne en el horno a 180 ºC, en función de la cantidad, a 10 minutos por kilo. Cuando termine, déjela enfriar y córtela.

3 Rellene los tacos con la carne, la lechuga, zanahoria, queso feta y cilantro.

Ingredientes

- 750 g de medallón de cadera
- Mostaza antigua
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 lechuga
- Zanahoria
- Queso feta
- Cilantro
- 8 tortas de maíz

Nuestras sugerencias





El Encinar de Humienta - Medallón de cadera

HOJALDRE DE POLLO CON CREMA Y CHAMPIÑONES

(- 45’ | - 4)

Elaboración

1 Ponga en remojo los champiñones durante 10 minutos y córtelos en finas láminas.

2 Sofría la cebolla, con el perejil y remueva todo hasta que la cebolla quede transparente.

3 Añada los champiñones durante 4 minutos y retírelos del fuego. Corte las pechugas en trozos pequeños y páselos por una sartén vuelta y vuelta.

4 Incorpore un huevo batido, los trozos de pechuga y la nata a los champiñones, mezcle bien todos los ingredientes. En una fuente de horno, ponga la masa de hojaldre y extiéndala hasta que tape bien la superficie.

5 Precaliente el horno a 200 ºC y eche la mezcla de ingredientes por toda la superficie, espolvoree con queso rallado por encima e introdúzcalo en el horno durante 15 minutos.

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo Gran CUK
- 1 masa de hojaldre
- 300 g de champiñones
- 1 cebolla
- 1 diente de ajo
- 350 ml de nata
- 3 huevos
- 100 g de queso rallado
- Perejil
- 1 cucharada de pimienta
- 1 cucharada de sal

Nuestras sugerencias





SADA - Pechuga de Pollo amarillo Gran CUK

VITELLO TONNATO

(🕒 - 45' | 👤 - 4)

Elaboración

1 **Para preparar la carne:** Bride la carne para que conserve su forma. Dispóngala en una olla con vinagre y agua,
sin llegar a cubrir. Añada el apio, las zanahorias y las cebollas peladas y cortadas. Tape y deje cocer a fuego suave durante 1 hora y media. Cuando la carne esté en su punto, sáquela de la cacerola y déjela enfriar.

2 **Para preparar la salsa:** Triture el atún con las anchoas hasta obtener una pasta homogénea. Añada el zumo de los limones y 6 cucharadas de aceite de oliva. Agregue un poco de caldo de la cocción de la carne, ponga a punto de sal y triture de nuevo hasta conseguir una salsa de consistencia suave y cremosa.

3 Corte la carne en rodajas, colóquelas en una fuente y acompáñelas con la salsa elaborada.

4 Para la presentación, decore con alcaparras, perejil y limón.

Ingredientes

- 1 babilla de ternera blanca Caydesa
- 2 cebollas
- 2 zanahorias
- 1 ramita de apio
- 100 ml de vinagre
- Agua y sal

Para la salsa

- 150 g de atún en conserva
- 10 anchoas
- 2 limones
- Aceite de oliva y sal
- Perejil
- Alcaparras

Nuestras sugerencias





Caydesa Carnes S.A - Babilla de ternera blanca

SOLOMILLO DE CERDO IBÉRICO CON SALSA ROQUEFORT Y NUECES

(- 30' | - 2)

Elaboración

1 Limpie el solomillo y córtelo en rodajas de 1,5 cm de grosor.

2 En una sartén con bastante fondo, eche aceite en abundancia hasta casi cubrir la base y caliente. Mientras, salpimiente al gusto y separe.

3 Con el aceite caliente, dore los medallones de solomillo. Reserve la carne.

4 Posteriormente, en un cazo, agregue la nata y los trozos de queso roquefort y caliente a una temperatura media-alta. Remueva bien hasta que el queso se deshaga totalmente y añada un poco de nuez moscada.

5 Para finalizar, incorpore los filetes de solomillo a la salsa con las nueces y los pimientos chili.

Ingredientes

- $^{1}/_{2}$ kg solomillo de cerdo ibérico D'Aracena
- Champiñones
- Aceite
- Sal
- 400 ml de nata para cocinar
- 100 g de queso Roquefort
- 1 pizca de nuez moscada
- Nuez moscada
- Pimiento chili para decorar

Nuestras sugerencias





D'Aracena - Solomillo de cerdo iberico

TIRA DE COSTILLA CON SALSA BARBACOA Y PATATAS

(- 30' | - 6)

Elaboración

1 **Para la salsa barbacoa:** mezcle en bol el contenido del sobre de sopa de cebolla, el refresco de cola, una cucharada de ketchup, unas gotas de Tabasco y sal hasta que forme una crema.

2 Corte la cebolla en tiras y prepárelas en una fuente de horno.

3 Coloque sobre ella las costillas de cerdo y cúbralas con la salsa.

4 Hornéela a 210 ºC durante 20-25 minutos hasta que las costillas estén doradas y crujientes. Sírvalas recién hechas y acompáñelas con guarnición de patatas fritas.

Ingredientes

- 1 kg de tira costillas Frimancha
- 1 sobre de sopa de cebolla
- 1 lata de refresco de cola
- 1 cebolla
- Ketchup
- Tabasco

Nuestras sugerencias



Frimancha Industrias Cárnicas -
Tira de costilla de cerdo

POLLO CON SALSA DE PLATANO Y CHAMPIÑONES

(- 30’ | - 4)

Elaboración

1 Condimente las pechugas de pollo con sal y pimienta al gusto.

2 Corte 200 g de champiñones en láminas, sofríalos y déjelos reposar.

3 **Para la salsa:** Sofría la cebolla hasta que quede transparente.

4 Añada 200 g de champiñones, el vino blanco, las bananas, el parmesano en aceite de oliva virgen extra. Cuando esté tritúrelo y vuélvalo a añadir a la olla con el pollo, añada los champiñones laminados y listo.

Ingredientes

- 4 pechugas de pollo entera SADA
- 2 bananas Del Monte
- 400 g de champiñones
- 100 g Queso parmesano
- $^{1}/_{2}$ cebolla
- 2 tazas de vino blanco
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva virgen extra

Nuestras sugerencias




SADA - Pechuga de pollo entera



Banana Del Monte - Bananas

FRANKFURT EN MUSAKA DE BERENJENA

(- 35’ - 40’ | - 4)

Receta cortesía de Schara

Elaboración

1 **Salsa de tomate:** Pique los ajos muy finos y sofríalos hasta dorar. Añada el vino y deje que hierva un poco. Luego incorpore el tomate y el azúcar y deje que reduzca poco a poco a fuego bajo por 30 minutos aprox. Pique finamente un poco de albahaca, añada a la salsa y retire del fuego.

2 Corte las berenjenas y la mozzarella en rodajas de un dedo de grosor. Deje escurrir el queso sobre papel de cocina para quitar el exceso de líquido.

3 Corte las salchichas por la mitad.

4 Dore las rodajas de berenjena en una sartén con aceite poco a poco y repóselas en papel de cocina para quitar el exceso de aceite.

5 Coloque en la base de una bandeja para hornear un poco de salsa de tomate, encima una capa de berenjenas y luego una capa de salchichas. Repita el proceso hasta llenar la bandeja.

6 Cubra con la mezcla de quesos para gratinar y hornear a 180 ºC hasta que el queso se dore.

Ingredientes

- 8 salchichas SCHARA Frankfurt
- 3 berenjenas
- 375 g (3 unidades) de mozzarella de búfala fresca
- 700 g de tomate triturado
- 8 dientes de ajo
- Aceite de oliva suave
- 2 cucharadas de azúcar
- 1 cucharadita de sal
- 6 cucharadas de vino blanco
- Albahaca fresca
- Queso rallado para gratinar

Nuestras sugerencias





Schara - Salchichas Frankfurt

MAGRET DE PATO

(- 15’ | - 4)

Elaboración

1 Haga unos cortes en forma de rombo en la piel del magret, sin llegar a cortar la carne.

2 Ponga una sartén a fuego medio y coloque el magret por la parte de la piel sobre la sartén No es necesario utilizar aceite alguno ya que se freirá en su propia grasa.

3 Cuando la piel adquiera un tono tostado (unos 5 minutos) dé la vuelta y deje que se cocine por el lado de la carne (1 minuto aprox.).

4 Retire del fuego y deje reposar 2 minutos en la sartén. Sáquelo a una tabla con la piel hacia arriba y corte en filetes de 1 cm de grosor.

5 Colóquelo en el plato y sale al gusto. Se recomienda acompañar con algún tipo de salsa dulce o confitura de manzana, higos, frutos rojos, etc.

Ingredientes

› 2 Magret de pato

› Una ramita de romero

Nuestras sugerencias



Delicass - Magret de pato

PESCADO


Salpicón con pulpo y su vinagreta | 234-235
Tilapia al horno con mantequilla y limón | 236-237
Ceviche de tilapia | 238-239
Hamburguesa de salmón con tomate... | 240-241
Espaguetis con salsa de tomate y... | 242-243
Lomos de Salmón al Old Amsterdam | 244-245
Salmón a la naranja | 246-247
Filete de lubina con espinacas frescas | 248-249
Colas de bogavante a la plancha y sales | 250-251
Tartar de salmón / atún | 252-253
Rollo de salmón y espinacas | 254-255
Salmón estilo provenzal con tomate... | 256-257
Lomo atún sellado con sésamo y soja | 258-259
Ensaladilla de mariscos | 260-261
Merluza con pesto verde | 262-263

SALPICÓN CON PULPO Y SU VINAGRETA

(🕒 - 25′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 Corte todos los ingredientes en cubos pequeños.

2 **Para la vinagreta:** en el bol donde tenga todos los ingredientes, mezcle con delicadeza, con la ayuda de un cucharón. Cate y al gusto. Añada la mezcla al sapicón y deje reposar un par de horas, remueva varias veces.

3 Se pueden realizar numerosas combinaciones, pero le recomendamos incluir al menos un marisco y un molusco.

Ingredientes

- 200 g de pulpo cocido Terranova
- 10 barritas de surimi
- 300 g pimiento rojo
- 150 g pimiento verde
- 100 g de cebolla
- 200 g de mejillones cocidos
- 200 g de gambas cocidas
- Aceitunas sin hueso

Para la vinagreta

- 60 ml de aceite de oliva
- 50 ml de vinagre de manzana
- 20 g de azúcar
- Sal

Nuestras sugerencias



Jaime Estévez S.L. Terranova - Pulpo cocido

TILAPIA AL HORNO CON MANTEQUILLA Y LIMÓN

(- 20′ | - 4)

Elaboración

1. Cubra la bandeja de horno con papel de aluminio y precaliente el horno a 225º.
2. Coloque los filetes en la bandeja que ha preparado previamente.
3. Combine la mantequilla, el jugo de limón y el ajo en polvo en una taza. Vierta la mezcla de manera uniforme sobre el pescado.
4. Espolvoree el orégano sobre los filetes.
5. Cocine el pescado al gusto y sirva.

Ingredientes

- 4 filetes de tilapia Tilapez
- 3 cucharadas de mantequilla derretida
- 3 cucharas de zumo de limón fresco
- $^{1}/_{2}$ cuchara de ajo en polvo
- $^{1}/_{2}$ cuchara de orégano seco
- 2 cucharadas de alcaparras

Nuestras sugerencias



Tilapez - Lomo de Tilapia

CEVICHE DE TILAPIA

(🕒 - 20’ + marinado | 👤 - 2)

Elaboración

1 Corte en cuadraditos los filetes de tilapia. Combine en un recipiente la tilapia con el zumo de limón. Refrigere de 1 a 2 horas para que el limón marine el pescado.

2 Pasado el tiempo, agregue, el tomate, cebolla, aguacate, cilantro, chile y sazone al gusto con sal y pimienta negra.

3 Mezcle bien y sirva con tostadas de maíz.

Ingredientes

- 2 filetes de tilapia Tilapez
- 2 tomates picados
- 1 chile
- 3 cucharadas de cilantro picado
- 1 aguacate
- $^{1}/_{4}$ taza debolla morada picada finamente
- $^{3}/_{4}$ taza de jugo de limón
- Sal y pimienta al gusto
- Tostas de maíz

Nuestras sugerencias



Tilapez - Lomo de Tilapia



HAMBURGUESA DE SALMÓN CON TOMATE, HIERBAS FRESCAS Y CEBOLLA CARAMELIZADA
(- 30′ | - 4)

Receta cortesía de Prisca

Elaboración

1 Mezcle todos los ingredientes de la hamburguesa, excepto el aceite. Divida el preparado en cuatro partes y deles forma de hamburguesa.

2 Sirva las hamburguesas a la parrilla o levemente doradas en aceite.

3 Acompañe de la cebolla caramelizada y de una buena y fresca ensalada verde.

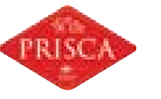
Ingredientes

› Cebolla caramelizada Prisca
› Fresca ensalada verde

Para la hamburguesa
2 tomates secos picados finos Agromonte
› 375 g de salmón picado
› 1 diente de ajo
› 2 cucharadas de hierbas frescas cortadas (cebolleta, eneldo y cilantro)
› 1 clara de huevo batida
› Sal
› 1 cucharadita de aceite de oliva

Nuestras sugerencias






Prisca - Cebolla caramelizada




Soc. Agricola Monterosso - Tomate seco



ESPAGUETIS CON SALSA DE TOMATE Y LANGOSTINOS

(🕒 - 30' | 👤 - 2)

Elaboración

1 Cueza la pasta, escúrrala y déjela enfriar.

2 Después pique y dore los dientes de ajo en aceite de oliva, añada los langostinos pelados y cortados transversalmente y remuévalos para que se hagan bien.

3 Cuando estén, añada el tomate frito y déjelo cocinar durante 2 minutos a fuego medio, eche vino blanco al gusto y deje que el alcohol se evapore. Salpimente.

4 A la hora de emplatar, coloque la pasta, añada la salsa, remueva y como elemento decorativo puede añadir varios langostinos a la plancha en un lado del plato.

5 Para aquellos que busquen algo más ligero, también puede realizarla con espaguetis de calabacín. Ligero, sano y nutritivo.

Ingredientes

- 10 langostinos cocidos Langus
- Tomate frito Hida al gusto
- 250 g de pasta
- 2 dientes de ajo
- Vino blanco
- KS Sal y pimienta
- Aceite de oliva virgen extra

Nuestras sugerencias





Langus - Langostino cocido





Hida - Tomate Frito estilo Casero

LOMOS DE SALMÓN AL OLD AMSTERDAM

(- 50' | - 2)

Receta cortesía de Westland

Elaboración

1 Limpie los filetes de salmón, espolvoree con jugo de limón y sazone con sal y pimienta.

2 Unte una fuente con matequilla, agregue los filetes de salmón, 5 cucharas de caldo de pescado y hornee en el horno precalentado a 200 ºC durante 30 minutos.

3 Mientras, limpie y lave las zanahorias, calabacín y pimiento rojo, córtelos en tiras muy finas, mézclelos con los piñones y manténgalo caliente.

4 **Mousse de azafrán:** Caliente la mantequilla en una sartén. Agregue el caldo de pescado y el azafrán, bata la nata hasta que espese y mezcle con la salsa.

5 Salpimiente y deje la mousse reposar. Corte el Old Amsterdam en tiras y póngalas sobre los filetes de salmón, luego gratínelos en el horno.

6 Añada una capa de salsa en los platos, coloque una cama de verduras en cada plato y, encima, los filetes de salmón.

Ingredientes

Para los lomos de salmón:
› 100 g de queso Old Amsterdam
› 4 lomos de salmón noruego Leroy
› 1 cucharada de zumo de lima
› Sal
› Pimienta
› 1 vaso de caldo de pescado
› 1 cucharada de aceite

Para la cama de verduras
› 250 g de zanahorias
› 250 g de calabacines
› 250 g de pimiento rojo
› 1 cucharada de piñones

Para la mousse de azafrán
› 80 g mantequilla y 200 ml de nata
› 1 cucharadita de polvo de azafrán
› 200 ml de nata

Nuestras sugerencias





Westland Kaasspacieleiten - Queso Old Amsterdam



Leroy Processing Spain - Lomo de salmón noruego



SALMÓN A LA NARANJA

(🕒 - 20′ | 👤 - 2)

Elaboración

1 Salpimiente las rodajas de salmón. Exprima las naranjas y saque su zumo.

2 Ponga la mantequilla en una sartén para calentar. Una vez la mantequilla esté derretida, ponga las rodajas de salmón y dé una sola vuelta por cada lado.

3 Añada el zumo de naranja y deje que se cocine a fuego lento durante 7 minutos para que absorva el sabor.

4 Una vez las rodajas estén hechas, colóquelas en un plato. Vierta por encima una cucharada de jugo que ha quedado en la sartén.

5 Espolvoree un poco de eneldo por encima y decore con unas rodajas finas de limón.

Ingredientes

› 4 lomo de salmón noruego Leroy
› 2 naranjas de mesa Sunkist
› 100 g de mantequilla
› Sal
› Pimienta
› Eneldo
› $^{1}/_{2}$ limón

Nuestras sugerencias



Leroy Processing Spain - Lomo de salmón noruego



Sunkist - Naranja de mesa

FILETE DE LUBINA CON ESPINACAS FRESCAS

(🕒 - 20' | 👤 - 2)

Elaboración

1 Sofría los dientes de ajo picados finitos durante 2 ó 3 minutos a fuego suave. Agregue los piñones y las espinacas. Después, incorpore jamón cortado en tiras pequeñas y las hojas de albahaca en tiras finas y cocine el conjunto unos segundos más.

2 Salpimiente los filetes de lubina y unte bien de aceite de oliva con un pincel o con las yemas de los dedos.

3 Cocínelas en una sartén a fuego medio-fuerte. En primer lugar por el lado de la piel, hasta que quede dorada y crujiente. Posteriormente por el otro hasta que queden dorados y emplate sobre la base elaborada con anterioridad.

Ingredientes

- 2 filetes de lubina Serpeska
- 400 g de espinacas
- 80 g de piñones
- 3 lonchas finas de jamón serrano
- 10-12 hojas de albahaca fresca
- 2 dientes de ajo
- Aceite de oliva y sal

Nuestras sugerencias



Serpeska - Filetes de lubina

COLAS DE BOGAVANTE A LA PLANCHA Y SALSA

(🕒 - 20' | 👤 - 2)

Elaboración

1 **Para la salsa:** derrita la mantequilla; Añada zumo de limón y dos dientes de ajo picados. Caliente a fuego lento hasta que la mantequilla empiece a hacer una espuma y los ajos cambien de color.

2 Aparte del fuego y mezcle con una cucharada de mostaza. Reserve en un lugar caliente para mantener la temperatura.

3 **Para el bogavante:** con un cuchillo de cocina grande y bastante afilado, haga un corte transversal desde la punta de la cabeza a la punta de la cola, y con ayuda de las manos separe las dos mitades para posteriormente salpimentar.

4 Sobre una plancha de cocina muy caliente, coloque las dos mitades con la parte de la carne pegada a la parrilla y deje que se cocine durante 2 ó 3 minutos en función del tamaño del bogavante. Después cocine del otro lado por otros dos minutos más y retire el bogavante a la fuente donde se servirá.

5 Riegue el bogavante con la salsa y deje que los jugos penetren dentro de la carne.

6 **Para la presentación:** Coloque las colas de bogavante con la piel para abajo en una fuente y sirva con un recipiente la salsa servir al gusto.

Ingredientes

- 2 Bogavantes vivos East Coast Seafood
- Sal
- 10 g de perejil fresco
- 50 g de mantequilla
- Un diente de ajo
- 1 limón
- 1 cuchara de mostaza

Nuestras sugerencias



East Coast Seafood - Bogavante vivo

TARTAR DE SALMÓN / ATÚN

(🕒 - 60' | 👤 - 4)

Elaboración

1 **Para el tartar de salmón:** Corte el salmón en daditos y ponga a macerar en el aceite, mostaza y el limón entre 10 y 15 minutos.

2 A continuación corte la media cebolla muy fina y remueva con el salmón.

3 Para montar el plato le aconsejamos la ayuda de un molde, que rellenará con el aguacate cortado en láminas y con la mezcla del salmón. Para decorar puede usar eneldo.

1 **Para el tartar de atún:** Corte el atún en cubos y mézclelo con la soja y aceite de oliva. Salpimente.

2 Para montar el plato le aconsejamos la ayuda de un molde, que rellenará con guacamole y con la mezcla de atún.

3 Para decorar puede usar sésamo.

Ingredientes tartar de salmón

- 300 g de salmón
- $^{1}/_{2}$ cebolla
- 1 aguacate maduro
- 1 cucharadita de mostaza antigua
- Zumo de medio limón
- 2 cucharaditas de aceite de oliva virgen extra

Ingredientes tartar de atún

- 300 g de atún fresco
- Guacamole
- 2 cucharadas de salsa de soja
- 2 cucharaditas de aceite de oliva virgen extra
- Sésamo

Nuestras sugerencias



Leroy Processing Spain - Lomo de salmón noruego



Petaca Chico - Atún Sashimi

ROLLO DE SALMÓN Y ESPINACAS

(- 30′ | - 6)

Ingredientes

- 500 g de lomo de salmón noruego Leroy
- 450 g de espinacas
- 5 huevos
- Cebolla tierna
- 250 g de queso para untar
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias



Leroy Processing Spain -
Lomo de salmón noruego

Elaboración

1. Cueza las espinacas en agua en punto de ebullición durante 5-6 minutos. Escúrralas y deje que enfríen para posteriormente salpimentar.

2. Mientras, separe las claras de las yemas y bata las claras a punto de nieve. En un cuenco, mezcle las yemas con las espinacas hasta que quede una masa uniforme.

3. Agregue progresivamente las claras batidas al bol y mezcle. En una placa de horno, coloque un papel y sobre éste, la mezcla de las espinacas y el huevo. Hornéelo al menos 10 minutos a 180ºC.

4. En otro cuenco, mezcle el queso de untar con un poco de cebolla tierna muy picadita, sal y pimienta.

5. Cuando la placa con las espinacas esté preparada, sáquela del horno y enfríe al menos 10 minutos.

6. Trocee el lomo de salmón en dados.

7. Una vez lista la placa, cubra las espinacas con el queso repartiéndolo bien, y sobre éste, añada el salmón en dados. Enrolle con cuidado, pero presionando para que no quede aire. Cuando tenga hecho el rollo, cúbralo con papel film, y déjelo en la nevera 2 horas.

8. Para finalizar, sólo queda cortarlo y disfrutarlo.

SALMÓN ESTILO PROVENZAL CON TOMATE SECO Y ORÉGANO

(- 150’ | - 2)

Elaboración

1. Corte los tomates en dos, salpimente y riegue con un poco de aceite.
2. Hornee a 100 ºC por 2 horas hasta que sequen. Deje macerar en frascos de cristal cubiertos de aceite y orégano.
3. Caliente una parrilla con un poco de aceite, dore el salmón y sapimiéntelo.
4. Sirva acompañado de tomates y añada el orégano.

Ingredientes

- $^{1}/_{2}$ kg de Lomo de salmón noruego Leroy
- 6 tomates
- Orégano
- Sal y pimienta

Nuestras sugerencias



Leroy Processing Spain -
Lomo de salmón noruego

LOMO ATÚN SELLADO CON SÉSAMO Y SOJA

(🕒 - 15' | 👤 - 4)

Elaboración

1 Corte el atún. Con la plancha caliente, marque el lomo de atún durante 5 ó 6 segundos por cada lado. Una vez sellados todos los lados, enfríelos rápidamente en la nevera para cortar la cocción.

2 En una bandeja, incorpore sésamo blanco y negro tostado y en otra salsa de soja. Pase los cuatro lados del atún marcado por la soja y seguidamente por el sésamo, rebozándolo.

3 Un vez rebozado, corte con un cuchillo afilado en rodajas de 1 cm de grosor y sirva.

Ingredientes

- 1 kg de atún sashimi Petaca Chico
- 200 ml de soja
- 100 g sésamo blanco
- 100 g sésamo negro
- 30 g de aceite de oliva virgen extra

Nuestras sugerencias



Petaca Chico - Atún Sashimi

ENSALADILLA DE MARISCOS

(- 15’ | - 4)

Elaboración

1. Corte los tomates cherry en 4 y sirva media cucharada de mayonesa en cucharitas de aperitivo como base de nuestra ensaladilla.

2. Después, añada la gamba, un mejillón, 1/4 de tomate cherry y para terminar el pimiento verde picado para decorar.

Ingredientes

› 12 mejillones
› 12 gambas
› $^{1}/_{4}$ pimiento verde
› 3 tomates cherry
› 6 cucharitas de mayonesa

Nuestras sugerencias



Gamas cocidas de huelva

MERLUZA CON PESTO VERDE

(- 25’ | - 4)

Elaboración

1 Precaliente el horno a 180 ºC durante de 10 minutos.

2 Porcione al gusto el lomo de merluza en raciones individuales entre 150-200 g.

3 Unte una fuente con aceite de oliva y agregue las raciones de merluza.

4 Hornee durante 15 minutos a 180 ºC.

5 Emplate con cama de pesto, aceite cítrico y encumbre la merluza con tomate seco.

Ingredientes

- 800 g de lomos de merluza fresca
- Pesto verde KS
- Tomate seco
- Aceite de oliva
- Aceite cítrico

Nuestras sugerencias



Serpeska - Merluza

POSTRE



























MAGDALENAS CON ACEITE DE OLIVA Y ARÁNDANOS

(- 35' | - 6)

Elaboración

1 Bata los huevos con azúcar hasta que quede una pasta blanquecina al menos 10-15 minutos.

2 Agregue el aceite y mezcle, luego incorpore la leche y continúe mezclando. Incorpore la harina, la levadura y la sal, todo tamizado y mezcle con movimientos envolventes con una espátula, lo justo para que se integre la harina. Incorpore los arándanos deshidratados.

3 Llene dos terceras partes de los moldes de silicona con la masa mezclada, añada un poco de azúcar por encima y ponga en el horno, en el segundo nivel a 180 ºC durante unos 15-20 minutos.

Ingredientes

- 250 ml de aceite de oliva virgen extra Olivar
- 300 g de arándono deshidratado Ocean Spray de Segura
- 250 g de azúcar
- 3 huevos
- Sal
- 200 ml de leche
- 350 g de harina
- 1 sobre de levadura

Nuestras sugerencias




Olivar de Segura - Aceite de oliva virgen extra





Ocean Spray - Arándano deshidratado



TIRAMISÚ

(- 60′ + atemperado | - 8)

Ingredientes

- 500 ml de café Guilis
- 4 huevos
- 300 g de bizcocho al huevo
- Queso mascarpone
- 6 cucharadas azúcar
- 4 cucharadas de licor Amaretto
- 200 g de soletillas
- Cacao puro

Elaboración

1. Prepare café y déjelo enfriar. Añada el azúcar y bata hasta que se disuelva.
2. Rompa los huevos y separe las claras de las yemas. Eche las yemas en un cuenco nuevo.
3. Mezcle el queso mascarpone y la mitad del licor Amaretto con las yemas. Bata para que ambos ingredientes se incorporen a la mezcla. Monte las claras a punto de nieve.
4. Incorpore las claras al cuenco y, con la ayuda de una espátula, remueva hasta conseguir una textura ligera y esponjosa.
5. Vierta un poco de café en un recipiente holgado y mezcle el resto del licor con el café.
6. Introduzca los bizcochos y humedezca por ambos lados.
7. Escurra, presionando con suavidad, y póngalos sobre la base de una fuente.
8. Extienda sobre ellos la mitad de la crema con la ayuda de una espátula.
9. Seguidamente, ponga otra capa de bizcochos remojados en café. Ahora, extienda el resto de crema. Espolvoree una fina capa de cacao puro en polvo. Deje enfriar al menos 24 horas en el frigorífico.

Nuestras sugerencias





Guilis - Café

YOGUR CON FRUTOS ROJOS Y GRANOLA

(- 5’ | - 2)

Elaboración

1 Lave bien la fruta y añádala al yogur en el siguiente orden: yogur, granola, fruta, yogur, granola y fruta.

2 Puede endulzarlo con un poco de miel.

Ingredientes

› 2 Yogures Griego Kolios
› Arándanos
› Frambuesas
› Granola

Nuestras sugerencias





Kolios S. A Greek Dairy - Yogurt Kolios






Naturipe - Arándanos



HELADO VEGANO DE FRUTOS ROJOS

(🕒 - 10’ + congelado | 👤 - 1)

Elaboración

1 Añada las fresas, las frambuesas y el cazo de Vegan Protein Vainilla a un bowl.

2 Triture todo a máxima potencia hasta que quede una mezcla homogénea.

3 Congele, y cuando esté bien helado, disfrute.

Receta cortesía de Weider

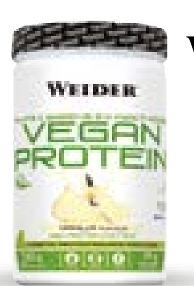
Ingredientes

› 30 g de Vegan protein vainilla Weider
› 100 g de Frambuesas Driscroll’s
› 80 g de Fresas Driscroll’s

Nuestras sugerencias



Driscroll’s - Frambuesa





Weider Nutrition - Vegan Protein 750 g



Driscroll’s - Fresas

FLAN PROTEICO FIT

(- 15’ + enfriado | - 3 o 4 flanes)

Elaboración

1 Separe la clara de la yema de un huevo. A continuación, mezcle esa clara con el otro huevo completo y el yogurt

2 Bátalo bien y caliéntelo en el microondas durante 4 minutos aproximadamente a potencia media.

3 Por otro lado, ponga las dos láminas de gelatina en agua y déjelas hidratar durante al menos 5 minutos.

4 Saque la mezcla del microondas ya con aspecto sólido. Añada la proteína Isolate Whey 100 CFM y triture todo hasta que quede una mezcla líquida.

5 Añada a esta mezcla la gelatina ya hidratada y vuelva a tritutar.

6 Por último llene los bowls de flan con la mezcla (en función del tamaño del bowl saldrán entre 3 o 4 flanes).

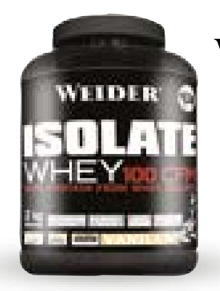
7 Introdúzcalos en la nevera al menos dos horas.

Receta cortesía de Weider

Ingredientes

- 30 g de Isolate Whey 100 CFM de Weider sabor chocolate
- 2 Huevos
- 125 g Yogurt natural o griego (sin sabor)
- 2 láminas de gelatina neutra
- Agua

Nuestras sugerencias





Weider Nutrition - Vegan Protein 2 kg

BANOFFE

(- 20’ + atemperado | - 8)

Elaboración

1 Machaque las galletas y mézclelas con la mantequilla fundida en el microondas hasta que quede una masa.

2 Con papel de horno, forre la base de un molde desmoldable. Extienda la masa por la base y los laterales, apretando con el dorso de una cuchara. Deje enfriar en la nevera unos 30 minutos.

3 Vierta y reparta dulce de leche sobre la base de galletas. Pele y corte las bananas y reparta por encima del dulce de leche.

4 Sobre la composición, monte la nata con el azúcar. Pique el chocolate y espolvoree por encima. Conserve en el frigorífico.

Ingredientes

- 4 bananas Del Monte
- 300 g de leche condensada
- 250 g de galletas tipo digestive
- 125 g de mantequilla fundida
- 300 ml de nata para montar
- 3 cucharas de azúcar
- 25 g de chocolates de postres

Nuestras sugerencias



Banana Del Monte - Bananas

TORTITAS PROTEICAS

(🕒 - 8' | 👤 - 2 unidades)

Elaboración

1 Bata los huevos y mezcle muy bien todos los ingredientes.

2 Caliente la sartén a fuego medio y añada un poco de aceite de oliva.

3 Eche la mezcla en la sartén de forma homogénea, sin que sea muy gruesa y voltee cuando aparezcan pompitas.

4 Acompañe al gusto con fruta, miel, frutos secos y crema de cacahuete.

Receta cortesía de Gold Nutrition

Ingredientes

› 4 cucharadas de harina avena
› 1 huevo
› 30 g de Total Whey Chocolate blanco
› Un chorrito de leche de almendras
› Aceite de oliva para lubricar sartén

Nuestras sugerencias





Gold Nutrition - Total Whey Chocolate blanco 2 kg

GALLETAS ECOLÓGICAS DE JENGIBRE

(🕒 - 25′ | 👤 - 60 unidades)

Receta cortesía de Gold Nutrition

Elaboración

1 Mezcle en un bol los siguientes ingredientes: harina, azúcar, bicarbonato, la sal, jengibre en polvo, canela y clavo.

2 Por otro lado, mezcle el aceite, la leche de avena, el sirope de agave y el extracto de vainilla.

3 Una vez hecho esto mézclelo entre si hasta que queden homogéneo y pueda apreciar una masa compacta que sea algo pegajosa pero que no deje residuos en los dedos. Se puede rectificar con leche o harina hasta que quede como desee, después se puede añadir algo más de azúcar moreno para conseguir un resultado mejor.

4 Cubra la masa con papel film y déjela reposar una hora en el frigorífico.

5 Transcurrido este tiempo estire la masa hasta que tenga medio centímetro de grosor aproximadamente. Corte las galletas con la forma deseada y las colóquelas en una bandeja con papel para hornear.

6 Caliente el horno previamente a 175 grados y hornee las galletas en el centro del horno 10 minutos aproximadamente, hasta que las galletas estén doradas. Saque las galletas y déjelas reposar y endurecer en la rejilla hasta que estén frías.

Ingredientes

- 275 g de harina de centeno integral
- 75 g de azúcar moreno
- 1 cucharadita de bicarbonato
- $^1/_2$ de cucharadita de sal
- 1 cucharadita y $^1/_2$ de jengibre en polvo
- $^1/_2$ cucharadita de canela molida
- $^1/_4$ de cucharadita de clavo molido
- 50 g de aceite de oliva virgen extra
- 50 g de leche de avena
- 50 g de sirope de agave
- 1 cucharadita de extracto de vainilla

Nuestras sugerencias





Gold Nutrition -
Total Whey Chocolate blanco 2 kg

MACEDONIA DE FRUTAS TROPICALES

(🕒 - 15' | 👤 - 1)

Elaboración

1 Corte la pitaya en dos mitades y separe la fruta de la cáscara.

2 Pique la parte blanca de la pitaya y el resto de la fruta en cubos y añádalas en la cáscara de la pitaya.

3 Para potenciar el sabor puede incluir unas gotas de limón.

Ingredientes

- Mitrofresh Pitaya
- Kiwi
- Piña
- Fresas
- Papaya
- Limón

Nuestras sugerencias





Mitrofresh - Pitaya

POLOS DE NARANJA

(🕒 - 10’ + congelado | 👤 - 6 polos)

Elaboración

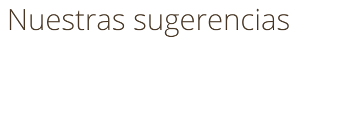
1 Pele, troceé y bata bien la fruta.

2 Reparta la fruta en moldes y congele.

Ingredientes

- 1 naranja
- 1 banana Del Monte
- 1 mango maduro

Nuestras sugerencias





Sunkist - Naranja de mesa

BIZCOCHO DE NARANJA Y CHOCOLATE

(- 40’ | - 2)

Elaboración

1 Precaliente el horno a 200 ºC y funda el chocolate negro.

2 Bata los huevos con las varillas de la batidora, agregando azúcar.

3 Cuando todo esté mezclado, eche la ralladura y el zumo de naranja y remueva hasta que tenga consistencia.

4 Añada el chocolate fundido y mézclelo bien.

5 Cribe la levadura como la harina para evitar que se produzcan grumos al hacer el bizcocho. Una vez tamizado correctamente, remueva la mezcla que preparada y agregue la harina con levadura hasta que quede una masa uniforme, con textura suave y sin grumos.

6 Seleccione un molde para bizcocho, ya sea metálico o de silicona, y recubra con mantequilla. Vierta la masa y hornee durante 30-35 minutos. Al sacarlo, enfríe uniformemente y decore con pepitas de chocolate y naranja, posteriomente, sirva.

Ingredientes

- 400 ml de jugo de naranja Sunkist
- 1 naranja en rodajas seca para decorar Sunkist
- 250 g de harina especial
- 125 ml de aceite de oliva
- 150 g de chocolate negro
- 5 huevos frescos
- 1 cucharadita de levadura de repostería
- Ralladura de naranja
- Pepitas de chocolate

Nuestras sugerencias



Sunkist - Naranja de mesa

FRAMBUESAS CON MIEL DE ROMERO Y QUESO FRESCO BURGO DE ARIAS

(🕒 - 15' | 👤 - 1)

Elaboración

1 Corte en rodajas el Queso Fresco Burgo de Arias y colóquelas en una fuente sobreponiendo unas con otras.

2 Ponga en un bol las frambuesas junto a dos cucharadas de azúcar glass y aplaste ligeramente con un tenedor dejando algunas enteras.

3 Haga un pasillo rojo con las coloridas frambuesas encima del Queso Fresco Burgo de Arias.

4 A continuación, dibuje un zigzag de miel de romero.

5 Termine con unos crujientes cereales, un poquito de azúcar glass y adorne con unas frescas hojas de menta.

Receta cortesía de Arias

Ingredientes

- 1 Queso Fresco Burgo de Arias
- 1 cucharadita de miel de romero
- 4 Frambuesas
- Cereales crujientes
- 2 cucharaditas azúcar glass
- 3 Hojas frescas de menta

Nuestras sugerencias





Mantequerias Arias - Queso Burgo de Arias

FRAPPE DE CAFÉ

Elaboración

1. Añada un vaso de café con leche y helado de vainilla con hielo picado y azúcar. Bata bien hasta que el hielo esté completamente picado.
2. Añada un poco de nata por encima y decore espolvoreando una cucharada de cacao en polvo por la superficie.

Ingredientes

- 1 taza de café Guilis con leche
- Azúcar al gusto
- Nata montada
- Sirope de chocolate o caramelo
- Hielo picado
- Helado de vainilla
- Cacao en polvo

Nuestras sugerencias





Guilis - Café







Le presentamos nuestra sección Quick and Easy, recetas explicadas paso a paso, fáciles y rápidas de elaborar con nuestros ingredientes.

¡Porque no necesita complicarse ni dedicar mucho tiempo en la cocina para comer bien!





GRATINADO DE ESPÁRRAGOS

Por 





Ingredientes

- 12 Espárragos Zalea
- KS Aceite de oliva
- 50 g de mantequilla
- 3 Huevos cocidos
- 50 g de Mozzarella
- Perejil
- Sal al gusto

Elaboración

1. Bañe la fuente con el aceite de oliva y colocar los espárragos en la fuente espaciados entre ellos.
2. Corte los huevos cocidos en dados y añádalos encima de los espárragos. Añada sal y perejil al gusto.
3. Corte la mantequilla en dados y póngalos sobre los espárragos para sellar las especias.
4. Por último, añada el queso e introduzca en el horno precalentado a 200 ºC durante 25 minutos.

BATIDO DE YOGURT CON MELOCOTÓN



Por 



Ingredientes

- Melocotones en almíbar Coquet
- 2 Yogures naturales
- KS Almendras pecanas en mitades
- 2 Cucharadas de miel



Elaboración

1. Corte los melocotones en dados.
2. Añada en un bowl los yogures, la miel y dos cucharadas del almíbar y bata bien hasta conseguir una mezcla homogénea.
3. Añada las nueces pecanas al gusto en la mezcla y 3/4 partes de los melocotones en la base de los vasos a distribuir la mezcla.
4. Distribuya la preparación en vasos y decórela con los daditos de melocotón restantes.
5. Conservar en el frigorífico hasta servir.

TACOS MEXICANOS DE VACUNO Y QUESO

Por 



Ingredientes

- 200 g de carne de babilla de añojo de El Encinar de Humienta
- 2 tortillas
- Pimiento rojo
- Pimiento verde
- 2 hojas de cogollo
- Cebolla
- Queso en lonchas
- KS Sal y Pimienta
- Aceite de Oliva Virgen Extra
- Consejo: Puede añadir todos los ingredientes que se le ocurran, guacamole, varios tipos de quesos, cilantro, chile...
  ¡Deje que vuele su imaginación!

Elaboración

1. Caliente un poco de aceite de oliva en una sartén e incorpore los pimientos un par de minutos. Después añada la cebolla y cuando empiece a transparentar, incorpore la carne, mueva y salpimiente.
2. Prepare la tortillas con las hojas de cogollo.
3. Añada el queso en lonchas a la mezcla preparada en la sartén.
4. Cuando quede fundida, añádala en la tortilla y listo.

TARTINE DE FUET ESPETEC CON FRUTA

Por 



Ingredientes

- 1 baguette
- 2 peras
- 150 gr de queso de cabra
- 12 nueces peladas
- $^{1}/_{2}$ de fuet espetec
- Aceite de oliva y pimienta negra

Elaboración

1. Corte el fuet y la pera pelada en lonchas finas, y pique las nueces.
2. Abra la baguette por la mitad, corte las puntas y parta cada mitad en cuatro. Toste ligeramente el pan por ambos lados.
3. Coloque el pan en una fuente apta para horno, sobre el pan disponga la pera y el queso, cortados en lochas. Sazone con un poco de pimienta y esparza por encima las nueces picadas.
4. Habiendo precalentado el horno, gratine durante unos minutos, hasta que el queso quede dorado. Saque del horno y añada por encima el fuet cortado en lonchas finas.



SALMÓN CON SIROPE DE ARCE



Ingredientes

› 400 g de salmón
› 4 cucharadas de sirope de arce
› 2 cucharadas de soja
› 1 cucharada de mostaza de Dijon
› Aceite de Oliva

Elaboración

1 Filetee el salmón en dos trozos.

2 Ponga el salmón en un plato y añada 4 cucharadas de sirope de arce, 2 cucharadas de salsa de soja y 1 cucharada de mostaza de Dijon.

3 Deje macerar durante 30 minutos por cada lado.

ENSALADA DE TOMATE, AGUACATE Y BURRATA



Ingredientes

› 1 Tomate
› 1 Aguacate
› 1 Burrata
› KS Salsa pesto

Elaboración

1 Corte los tomates y el aguacate en rodajas y luego en dos partes iguales.

2 Alterne los dos ingredientes en un plato en forma de círculo, cuando lo tenga, escurra la burrata y céntrela en el plato.

3 Por último vierta la salsa de pesto por encima.

BIZCOCHO CON NATA Y FRAMBUESA

SOPA DE MEJILLONES



Ingredientes

- KS Bizcocho
- Nata
- Frambuesas

Elaboración

Solo necesita tres ingredientes para esta riquísima receta.

1. Corte el bizcocho en dos partes usando un cuchillo largo.

2. Unte la nata en uno de los pisos y añada arándanos, tápelo y vuelva a repetir la secuencia. Adorne con frambuesas y listo para servir.

Ingredientes

- Mejillones
- 500 ml de vino blanco
- 400 ml de agua
- 1 cebolla
- 2 dientes de ajo
- Aceite de Oliva
- Limon

Elaboración

1. Corte la cebolla y ajo en láminas finas, colóquelos en una olla con aceite de oliva y sofría lentamente.

2. Cuando esté, añada los mejillones, el vino y el agua y déjelo al fuego durante 30 minutos.

3. Para terminar añada limón al gusto.

TACOS DE COGOLLO DE LECHUGA CON POLLO

Ingredientes

- 1 cebolla
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento verde
- 1 pechuga de pollo
- Cogollos de lechuga
- Limón
- KS Sal y pimienta
- Aceite de Oliva Virgen Extra

Elaboración

1. Con la cebolla, córtela en trocitos pequeños. Haga lo mismo en tiras, con el pollo, pimientos rojos y verdes.
2. En un bol, agregue limón exprimido, sal y pimienta al gusto y mezcle.
3. Ponga en una sartén aceite de oliva y rehogue la verdura. Cuando esté añada el pollo en tiras y remueva.
4. Para la presentación, use los cogollos de lechuga como base y rellénelos.

TOSTA DE SOLOMILLO DE CERDO CON BRIE Y CEBOLLA CARAMELIZADA

Ingredientes

- 1 solomillo de cerdo
- Queso brie
- 1 KS baguette
- Cebolla Caramelizada
- KS Sal y pimienta

Elaboración

1. Corte el solomillo en rodajas de un centímetro de grosor y salpimiente. Ponga los solomillos al fuego hasta que estén hechos a su gusto.
2. A su vez, corte la baguette en el grosor que quiera y precaliente el horno. Distribuya las rodajas de pan en el horno hasta que queden doradas.
3. Sobre la base del solomillo en la plancha, coloque un trozo de brie de modo que se derrita el queso sin sobrecocer el resto del solomillo.
4. Saque las tostitas del horno, ponga el solomillo con brie y como toque final la cebolla caramelizada.

WRAP DE SALMÓN



Ingredientes

- 1 Tortilla
- Queso Philadelphia
- KS Salmón ahumado
- KS Nueces
- Rúcula

Elaboración

1 Unte la tortilla con el queso Philadelphia y reparta la rúcula, las nueces y el salmón por encima.

2 Enrolle el wrap, córtelo por la mitad y sírvalo.

3 Puede completar el plato decorándolo con nueces y hojas de rúcula.

TORTELLINIS CON SALSA DE PESTO



Ingredientes

- KS Tortellini Cuatro quesos
- KS Salsa pesto
- KS Queso Parmesano rallado

Elaboración

1 Corte los tomates cherry en cuatro.

2 Ponga a cocer los tortellinis en abundante agua hirviendo con una cucharada de sal hasta que queden tiernos (durante unos 3 minutos aproximadamente).

3 En un bol, introduzca una cucharada de aceite de oliva y mézclelo con los tortellinis, la salsa de pesto y los tomates cherry.

4 Para terminar, añada el queso parmesano rallado.

LISTOS PARA LLEVAR





Tortilla de patatas

DOTS®

Rosquillas



LISTOS PARA TOMAR







Minibrick

KIRKLAND Signature

Quesadillas



